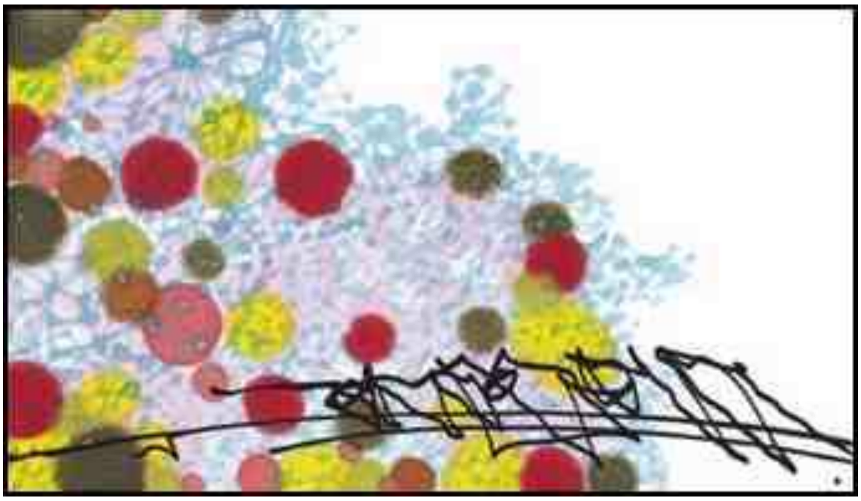
بسم الله الرحمن الرحيم

# راه من

# راه ابرهاي سپيد



**My Way,**

**The Way of The White Clouds**

**پرسش و پاسخ هاي خودانگيخته با *اشو***

**از دهم تا بيست وچهارم ماه مي 1974**

***در آشرام اشو، پونا، هندوستان***

# *راه من، راه ابرهاي سپيد*

***محتوا***


مقدمه ي مترجم ص 4
مقدمه ي کتاب ص 5

***صبح اول :* راه ابرهاي سپيد ص 16**

چرا راه شما "راه ابرهاي سپيد" خوانده مي شود؟

رابطه ي شما با ابرهاي سپيد چيست؟

آيا ما مجبوريم تمام روياهايمان را زندگي کنيم؟

***صبح دوم:* رازي وراي ذهن ص 30**

چرا با ما هستيد؟ چرا ما با شما هستيم؟

جهت فعلي باد کدام است؟ آيا در اين عصر نيروي هاي بالقوه ي ويژه اي وجود دارند؟

***صبح سوم:* رنج بودن يا مشعوف بودن ص 46**

چرا ما معمولاً ناشادبودن را انتخاب مي کنيم؟

چگونه از سرهايمان بيرون بياييم؟

***صبح چهارم:*** تمام اميدها کاذب هستند ص 63

آيا شما در ما اميدهاي واهي ايجاد نمي کنيد؟

در "مراقبه ي پويا"، تلاش در حين بي تلاشي چه کاربردي دارد؟

***صبح پنجم:* انداختن نفس، همين حالا ص 81**

آيا نفس را مي توان به تدريج کنار گذاشت؟

چگونه مي توان از انرژي جنسي براي رشد استفاده کرد؟

***صبح ششم:* هنوز حملش مي کني؟ ص 100**

اين برخلاف قوانين بود!

***صبح هفتم:* راز رابطه ص 117**

چه وقت بايد در يك رابطه پافشاري کنيم و چه وقت بايد آن را رها سازيم؟

آيا تاثيراتي از زندگاني هاي پيشين در ما هست؟

***صبح هشتم:* فقط ميوه ي رسيده است كه به زمين مي افتد** **ص 135**

آيا پيش از اينكه بتوانم واقعاً نفسم راگم كنم، بايد آن را بيابم؟

ما با انرژي چه مي توانيم بكنيم؟

***صبح نهم: تو* تسليم شو، بقيه اش با من** **ص 151**

آيا مي توانيد براي ما از رابطه ي مريد-مرشد سخن بگوييد؟

در مورد لبخندتان برايمان بگوييد.

***صبح دهم:* تو آن راه هستي** **ص 165**

آيا ما بايد براي هشياري در هردقيقه به تلاش كردن ادامه دهيم يا مي توانيم گاهي رها باشيم؟

***صبح يازدهم:* نقطه ي تلاقي، تو هستي** **ص 181**

با شما هرچيزي ممكن به نظر مي رسد، ولي در بازگشت به دنيا، چگونه مي توانيم بدون اينكه با خانواده، دوستان و جامعه بيگانه باشيم، در آن زندگي كنيم؟

***صبح دوازدهم:* هركاري كه مي كني، تماميت داشته باش** **ص200**

آيا ما بايد مرشد را در تمام جزييات دنبال كنيم يا مي توانيم گاهي از نظر خودمان استفاده كنيم؟

چرا شما ريش نداريد؟

وقتي كه با مرشد مرشدان در چمن ها روبه رو مي شويم، چه بايد بكنيم؟

***صبح سيزدهم:* خداوند در جست و جوي تو است** **ص 216**

ما هميشه قادر نيستيم با شما مشورت كنيم، پس چگونه راه درست را برگزينيم؟

آيا مي توانيد در مورد انرژي زنانه صحبت كنيد؟

***صبح چهاردهم:* به هردو نياز است** **ص 234**

چگونه با فرزندي كه مشكل دار است برخورد كنيم؟

آيا مي توانيد در مورد رويكرد هاي شرق و غرب ( گروهي و فردي ) درمورد رشد سخن بگوييد؟

***صبح پانزدهم:* با وجود خودت سهيم شو** **ص 255**

چگونه مي توانيم به دوستان و بستگانمان در مورد *سانياس* (سلوك) و شخص شما چيزي بگوييم؟

# مقدمه ي مترجم

## مقدمه

در پانزده روز از ماه *مي 1974* در *پونا*، شهري بزرگ در هندوستان در هشتاد كيلومتري *بمبئي*، گروهي از پيروان غربي در *آشرام اشو* گردهم آمدند تا از او در مورد خودش و راهش به سوي اشراق پرسش هايي بپرسند.

كار او هنوز در خارج از هند شناخته نبود و اين پرسش ها با منظوري خاص جمع آوري شده بودند ، براي آماده كردن كتابي كه او را در غرب معرفي كند.

هدف از اين صفحات نيز همين است. من نه ماه پيش از كانادا نزد او آمدم و سعي خواهم كرد در مورد او برايتان بگويم. ولي من نمي توانم سخنان او را تفسير كنم. تنها كاري كه بايد بكنيد اين است كه آنچه را كه گفته بخوانيد. زبان مادري او هندي است، ولي تسلط خارق العاده اي به زبان انگليسي دارد و چون مستقيماً از تجربه ي شخص اش مي گويد، قادر است ژرف ترين مفاهيم را با روشني شگفت آور و با سادگي غيرقابل باوري بيان كند. ***راه من : راه ابرهاي سپيد*** حاصل آن صبح هاي ماه *مي* در *پونا* است.

*اشو* هرگز نمي توانست در غرب اتفاق بيفتد.

هزاران هزار سال است كه در هند و در سراسر شرق، دين يك علم عميق بوده است و روش اكتشاف، به جاي آزمايشگاه، مراقبه بوده است.

درجايي كه علم غربي، عملاً اكتشاف سياره ي ما را به پايان برده و انسان را در كره ي ماه پياده كرده و در وراي فضاي بيروني مشغول اكتشاف است، علم شرقي به وراي ذهن مي نگرد و فضاهاي دروني انسان و بودش او را مي كاود.

عالمان غربي به ماه دست يافته اند، ولي خورشيد، آن مركز، هنوز بسيار دور است.

مدت ها پيش، عالمان شرقي به خورشيد دروني دست يافته اند، حالت اشراق ، _ *سامادي*، *ست چيت آناندا sat-chit-ananda*، *نيروانا* ، حالت غايي معرفت كيهاني.

*اشو* به اشراق رسيده است. او يك عالم شرقي است كه به خورشيد درون دست يازيده.

او در جايي است كه *مسيح* و *بودا* بوده اند ، يك godman يا انسان الهي ، واژه اي انگليسي كه مطبوعات هندي براي توصيف رهبران مذهبي خود اختراع كرده اند.

*اشو* همچنين، يك مرشد نيز هست. او كاري را كرد كه *بودا* در 2500 سال پيش در همين سرزمين انجام داد: راه خودش را به سوي اشراق يافت.

و همچون *بودا* ، خودش را وقف كمك به ديگران كرد تا راهي را كه او پوييده است سفر كنند.

ذهنم پس از نه ماه، هنوز گنجايشش را ندارد، ولي آنچه امروز در *پونا* روي مي دهد، فقط يك برگردان قرن بيستم از همان چيزي است كه با مسيح و حواريون او در *الخليل* Galilee و با *بودا* و مريدانش در اينجا، در هند، روي داده بود.

فقط شخصيت ها تفاوت دارند. در يكي از سخنانش در اين كتاب، *اشو* مي گويد:

***"شما خوشبختيد.***

***هرآنچه به شما مي گويم***

***درست در منبع است.***

***براي همين است كه مي گويم شما خوشبخت هستيد.***

***در هزاران هزار سال فقط يك بار رخ مي دهد كه نزديك منبع باشيد.***

***بار ديگر چنين نخواهد بود.***

***حتي با مفاهيم من نيز بار ديگر چنين نخواهد بود.***

***دير يا زود منطق دان ها وارد خواهند شد.***

***بايد كه بيايند. همين حالا هم در راه هستند.***

***آنان همه چيز را نظام خواهند داد، همه چيز را نابود خواهند كرد،***

***و آن فرصت از كف خواهد رفت.***

***آنوقت خواهد مرد.***

***هم اينك، زنده است و شما نزديك منبع هستيد.***

***براي همين است كه مي گويم شما خوشبخت هستيد."***

اگر پذيرفتن و باوركردن اين برايتان دشوار است، فقط به *پونا* بياييد. من بيشتر سي و پنج سال زندگيم را در غرب سپري كرده ام و نياز به اثبات را درك مي كنم. اگر تشنه هستيد به *پونا* بياييد. يك بوداي زنده در اينجاست. همانطوركه عيسي نجار، مسيح شد و همانطور كه شاهزاده *سيدارت* Siddharth، *بودا* شد، *راجنيش چاندرا موهان*

Rajneesh Chandra Mohan، متولد 11 دسامبر 1931 در *کوچ ودا* Kuchwada از ايالت *مادياپرادش* Madhya Pradesh هند نيز *اشو جان شري راجنيش* Bhagwan Shree Rajneesh(*اشو*) شد.

*مسيح* از مرگ نفس مي گفت وقتي كه گفت، "تا وقتي كه نميريد و دوباره زاده نشويد، وارد ملكوت آسمان ها نخواهيد شد."

وقتي كه نفس مي ميرد، وجودي تازه زاده مي شود. يك تولد دوباره است. و اين زايش دوباره در اشراق است، در بهشت است.

*راجنيش چاندرا موهان* در 21 مارچ 1952 دوباره زاده شد. بيست و يك سال داشت.

حتي يك ثانيه نيز ترديدي ندارم كه او مي دانست برايش چه رخ خواهد داد، ولي او تحصيلاتش را به اتمام رساند و در *كالج سانسكريت جبل پور* به تدريس فلسفه پرداخت.

در 1966 به سبب نگرش هاي صريح و بحث انگيزش در مورد سكس، سياست و مذهب، تضادش با دانشگاه آغاز شد و استعفا كرد.همچون *بودا* و *مسيح* به مسافرت پرداخت و براي هركس كه مي شنيد سخن مي گفت. او يك جوان انقلابي آتشين بود كه سخنانش در مورد استفاده از انرژي جنسي براي رسيدن به فراآگاهي و انتقادهايش از مذاهب رسمي، سبب مخالفت هاي شديد و تهديد به سوء قصد به جانش شد. او همانوقت و حتي اكنون نيز با كساني كه حرف هاي پيش پاافتاده مي زدند وادعاي دانشي را دارند كه خودشان تجربه نكرده اند، بي رحم بوده و هست.

در آن روزها، و امروزه نيز هنوز هم در قسمت هايي از كشور، او را به نام "*آچاريا* (معلم ) *راجنيش*" Acharya Rajneesh مي شناسند، ولي با افزايش پيروانش، مريدان او را *اشو جان* خواندند.

*اشو جان* يعني الهي ، واژه اي هندي براي خدا نيز هست ، و براي يك انسان غربي شايد كفرآميز باشد. براي من نيز چنين بود تا زماني كه خانمي هندي برايم توضيح داد: "فكر نكن كه ما *راجنيش* را خدا مي دانيم. ما او را *اشو جان* مي خوانيم، چون او از آنچه كه قبلاً بود، نيست شده و آن الوهيت درونش، آن *برهما*، هويدا شده است. براي همين است كه به او حرمت مي نهيم و *اشو جان* خطابش مي كنيم. *راجنيش* فقط يك وسيله است، پرستشگاهي كه منزلگاه آن شعله است."

اين روزها در *آشرام* او در *پونا*، *اشو جان* سخنراني هايي روزانه به زبان هندي و انگليسي برگزار مي كند. و هر روز صبح در باغچه اش، مريدان و جويندگاني را كه از سراسر دنيا نزدش آمده اند مي بيند.

من به سبب تحولي كه در يك دوست ديده بودم نزد *اشو جان* آمدم، و به نظر مي رسد كه بيشتر غربي ها اينگونه نزد او آمده اند. همچنين مراكز مراقبه *راجنيش* در سراسر دنيا وجود دارند و شركت كنندگان در اين مراكز بسيار بودند، به ويژه در اردوگاه هاي ماهانه مراقبه، كه جويندگان در دوره هاي فشرده ي ده روزه گردهم مي آمدند و با او كار مي كردند.

تمام سخنراني هاي روزانه و هر جلسه ي پرسش و پاسخ با *اشو* ضبط شده و به صورت كتاب درآمده است.

صدها كتاب به زبان هندي و انگليسي وجود دارند و به علاوه خبرنامه هاي دوهفته يك بار و مجله ي دوماهانه ي انگليسي به نام *سانياس* (سالك ) وجود دارند.

ولي خود *اشو جان* چه؟ درمورد او واقعاً چه مي توان گفت؟ به نظر من او را به كاغذ درآوردن به طوري كه معني بدهد ممكن نيست. ولي اگر به *پونا* بياييد، خواهيد فهميد.

وقتي براي نخستين بار با *اشو جان* ملاقات كردم، عظمت و مغناطيس حضور او مرا در ربود. نفسم فروپاشيد، يك روز تمام گريستم. پس از سال ها جستن هاي توخالي، فقط همين واقعيت كه فردي همچون او واقعاً وجود دارد، برايم خيلي زياد بود.

وقتي كه آن ضربه ي نخستين فروكش كرد، در يك سخنراني حاضر شدم و بازهم نقش زمين شدم. وسعت و گستره ي هوشمندي او غول آساست.

او هفته اي بيش از يك صد كتاب مي خواند و به طور غيرقابل باوري قادر است غناي اطلاعاتش را به هر ترتيبي كه بخواهد تركيب كند.

نگرش او كاملاً معقول است و به فراسوي فلسفه ها و معتقدات شرق-غرب مي رود و دانش و درك او از انسان، مشكلات انساني و راه حل هاي آن، اعجاب آور است.

همانطور كه به خواندن او مي پردازيد، متوجه خواهيد شد كه منظورم چيست.

در اينجا بيان اينكه او عشق و مهر است شايد به نظر ناشايست بيايد، ولي اين نكته از ميان سخنانش مي درخشد. تمامي وجود او وقف كمك به كساني است كه مايلند رشد كنند، كساني كه طالب هستند. و روش هاي او با هرآنچه كه قبلاً مي نشاخته ايد كاملاً تفاوت دارند.

اگر آماده هستيد، نخستين گام، تشرف به سلوك (*سانياس*) است كه در آن، مريد و فرزند او مي شويد. اين كار يعني كه به او مي گوييد، "از حالا به بعد، تو برنامه را اداره كن. رشد روحاني من در دستان تو است."

اگر آماده باشي تا جهش كني، *اشو جان* تو را مشرف مي كند. او از تو مي خواهد تا با گذشته قطع رابطه كني و آن را رها سازي و براي كمك به تو، نام و پوشش لباست را تغيير مي دهد. به تو مي گويد كه ردايي نارنجي رنگ بپوشي ، و فقط وقتي كه در اندروني باشي اين ابزار را درك خواهي كرد ، و او تسبيحي به دور گردنت خواهد آويخت.

تسبيحي با دانه ها چوبي تيره رنگ. در انتهاي آن يك قاب عكس كوچك است كه در دو طرفش عكس هاي اوست. اين تسبيح، به نوعي، حلقه ي ارتباط با اوست.

من ظرف چند دقيقه از *جك* Jack قاطي پاتي هپروتي كه آژانس تبليغاتي اش را رها كرده بود، به *سوامي كريشنا پريم* Swami Krishna Prem پريدم. سردرگم و لرزان بودم. هيچ ايده اي نداشتم كه چه برمن گذشته است.

بيشتر آن روز را نيز گريستم، زيرا بيش از هرزماني كه به ياد داشتم، خوشبخت بودم. نمي فهميدم چه خبر شده است، ولي مي دانستم كه چيزي سنگين مرده است و چيزي تازه متولد شده است.

روش هاي *اشو جان* به طور منحصر به فردي مال خودش است. شباهت هايي به تكنيك هاي *گرجيف* و مرشدان *ذن* و *صوفي* دارد، ولي رويكردش منحصربه فرد و در *تانترا* Tantraريشه دارد.

رويكرد تانترايي، به طور خلاصه از انرژي جنسي، يگانه انرژي ما، همچون يك وسيله براي رسيدن به معرفت كيهاني استفاده مي كند. رويكرد تانترايي يعني درگيرشدن تمام با زندگي. هيچ چيز سركوب نمي شود، هيچ چيز پنهان نمي گردد و چيزي نفي نمي شود.

هيچ فرقه، جزم و تشريفات آييني وجود ندارد. فقط پذيرش شادمانه ي زندگي و مشاركت تمام در آن وجود دارد.

براي يك *تانتريكا* *tantrika*، تنها خداي موجود، زندگي است.

خداوند چيزي نيست كه از بالا نازل شود، نوري است كه در درون كشف مي شود.

اين روشنايي فقط با مراقبه مي تواند كشف گردد.

هدف مراقبه، در هر مكتب فكري، اعم از تانترايي يا غيره، ساكت ساختن ذهن است.

تنها آنوقت است كه ژرفاي درون مي تواند كشف شود؛ تنها آنوقت است كه مي توان با وجود واقعي رويارو شد، تنها آنوقت است كه بي نفسي و اشراق ممكن خواهد شد.

بيشتر روش هاي مراقبه براي ساكت كردن ذهن، از سركوب كردن استفاده مي كنند ، توسط تلاش هاي خودآگاه براي ساكن كردن افكار، رياضت هاي جسماني، تكرار هيپنوتيزم گونه ي ذكرها و امثال آن. سركوب كردن روشي متداول است.

*اشو* با سركوب مخالف است. روش هاي مراقبه ي او كاملاً در قطب ديگر قرار دارند.

ولي پيش از اينكه در مورد آن ها برايتان بگويم، دو ديدگاه *اشو* را بايد با شما سهيم شوم.

نخست اينكه او اشاره مي كند كه هيچكدام از ما يك شخص واحد نيست، و هريك از ما يك جمعيت crowd است.

اگر در موردش بينديشي، موافق خواهي بود. يك "من" مركزي و پيوسته وجود ندارد،

ما چندين شخصيتي multi-personalities هستيم.

يكي تصميم مي گيرد كه صبح زود بيدار شود و ديگري وقتي كه بامداد مي شود تصميم مي گيرد تا ديروقت بخوابد؛ يكي مجدانه تصميم مي گيرد پولش را پس انداز كند و ديگري نمي تواند در مقابل خريد يك لباس تازه يا يك دستگاه صوتي جديد مقاومت كند.

يك جمعيت نمي تواند مراقبه كند. *اشو* مي پرسد، "چه كسي مراقبه خواهد كرد؟"

نكته ي دوم: او مي گويد كه طبيعت راستين ما در زير لايه هاي بسيار از افكار سركوب شده، عواطف بيان نشده وفروخورده شده پنهان گشته است.

هريك از ما، همچون هر درخت يا هر گل، متفاوت هستيم، اصيل هستيم، ولي بااين وجود، اين اصالت هرگز مجال شكوفايي نيافته است.

والدين، مربيان و جامعه به ما مي گويند كه چه چيز درست است و چه چيز نادرست است و خوب چيست و بد چيست.

ما آزاد نيستيم تا تجربه كنيم و خودمان نتيجه بگيريم. اغلب به ما دروغ گفته شده و ما را ترسانده اند.

در تشريح واقعيت هاي زندگي، مادر يكي از دوستان ما در اينجا به او گفته بود، "اگر پرندگان و زنبورها پيش از ازدواج معاشقه كنند، خداوند آنان را مي كشد."

دوستي ديگر، در طول هفت سال نخست كه عادت ماهانه داشته، مي پنداشته كه دارد مي ميرد. داستان هايي كه به ما گفته شده مسخره هستند، ولي زخم ها و عقده هايي كه نتيجه ي

آن هاست، مصيبت بار است. ما احساسات، عواطف و افكار خودمان را سركوب مي كنيم. ما منحرف مي شويم، مخلوقاتي غيرطبيعي مي شويم
و هماهنگي خودمان را با دنياي اطرافمان كاملاً از دست مي دهيم. سردرگم و ناشاد مي شويم. چون ما قادر به مراقبه كردن نيستيم، *اشو* وضعيتي ايجاد مي كند تا مراقبه براي ما رخ بدهد. چون ما از سركوب ها گرانباريم، او موقعيتي خلق مي كند تا يك پاكسازي عميق رخ بدهد. او اين موقعيت را "مراقبه ي پويا" dynamic meditation مي خواند.
باوجودي كه *اشو* تكنيك هاي بسياري را براي مقاصد ويژه اي به افراد مي دهد، "مراقبه ي پويا" نقطه ي كانوني است كه رويكرد او برحول آن مي چرخد. "مراقبه ي پويا" در بامداد و با معده ي خالي انجام مي شود. پنج مرحله دارد كه سه مرحله اش ده دقيقه اي و دو ديگر، پانزده دقيقه اي هستند. مرحله ي اول تنفس عميق، تند و پرهرج ومرج است كه با تمام بدن انجام مي شود.
و اينگونه، توسط يك روند دروني كه من حتي نمي توانم درك كنم يا توصيفش كنم، نقاط پرتنش وجود و موانع عاطفي كه نتيجه ي سال ها وسال ها سركوب هستند، از ناخودآگاه آزاد مي شوند.
در مرحله ي ده دقيقه اي دوم، آنچه كه آزاد شده، ناگهان وجود دارد، به سطح آمده است، در سطح خودآگاه، جايي كه مي تواند به سادگي از وجودت به بيرون پرتاب شود. تو در مركز قرار داري، و در اطرافت، ذهن - بدنت در حال خنديدن، گريستن، فريادزدن، رقصيدن و ورجه زدن است. اين يك تجربه ي دوباره re-experiencing است.
من نمي توانم توضيح بدهم كه چرا، و علاقه اي هم ندارم كه بدانم چرا، ولي با تجربه ي خودم مي دانم كه وقتي يك زخم را كه در گذشته تو را زخمي و متاثر كرده است، دوباره زندگي كني، دوباره تجربه اش كني، از آن رها مي شوي. خودش مي افتد.
وقتي نوزادي دوماهه بودم، مادرم مرد و بسياري از عقده هايم، پيش از اينكه نزد *اشو* بيايم، به همين علت ريشه اي بازمي گشت. يك روز، در همين دومين مرحله، روي زمين افتادم و درست همانجا بودم، درست پس از مرگ او ، يك كودك دوماهه، لگد ميزدم، گريه مي كردم و بيهوده به سينه هاي مادر چنگ مي انداختم.
براي من، اين يك تخليه ي بزرگ بود، ولي پس از آن، بيشتر مشكلاتي كه ريشه اش را در مرگ مادر رديابي كرده بودم ، اگر نه تمامشان ، ناگهان ازبين رفته بودند.
ساكن كردن ذهن انرژي بسياري مي برد، بيشتر از آن انرژي كه معمولاً در درونمان جاري است، و سومين مرحله از مراقبه ي پويا، فريادزدن آن ذكر صوفي، "*هو*" است. اين صوت

درست به بالاي مركز جنسي مي كوبد و مانع را از ميان برمي دارد و براي نخستين بار به انرژي اجازه مي دهد تا به سمت بالا جاري شود. اگر اين انرژي به پايين برود، براي سكس است و اگر به بالا برود، براي مراقبه است.

و در انتهاي اين مرحله، "ايست" را مي شنويم! براي پانزده دقيقه منجمد مي شويم، و در هر موقعيتي كه هستيم به انرژي اجازه مي دهيم تا جاري باشد، بچرخد و در درون ما كار كند. و ما هشيار مي مانيم. مرحله ي پاياني جشن گرفتن است ، رقصيدن و آواز خواندن و خوش بودن است و فقط در سكوت، ضيافت و سپاسگزاري، بودن است.

درست مانند هرچيز ديگر، تو از مراقبه ي پويا هماني را مي گيري كه در آن مي نهي. گاهي وقتي كه در دو مرحله ي فعال ، تنفس و هو كشيدن ، سخت كاركرده ام، در چهارمين، مرحله ي بي عملي، سكوني تمام را تجربه كرده ام، يك سكوت عميق و با چنان سروري سرشار شده ام كه مانند هيچ چيزي نبوده كه قبلاً مي شناخته ام.

دراين مرحله، ذهن/بدن پاكسازي شده است، سركوب هاي بيشتري رفته اند و تازه هستي.

انرژي ات در اوج است و تو فقط وجود داري، ساكت، هشيار. در مراقبه هستي.

*اشو* مي گويد كه اين، لحظه ي رويارويي با الوهيت است.

او مي گويد كه نفس مي تواند در هرلحظه انداخته شود و آن لحظه مي تواند در هر زماني بيايد.

من فقط اشاره اي به اين مراقبه كردم. منافع بسيار بسيار ديگري دارد. نه فقط تو را از عقده ها خلاص مي كند و سكوت و سرور مي آورد، به تو كمك مي كند تا مركزيت بيابي و هشياري ات را نسبت به وجود خودت و دنياي اطرافت

افزايش مي دهد. همچنين به تو كمك مي كند تا نفس را منزوي كني و تو را از حقه هاي ذهن آگاه مي سازد. شروع مي كني به مشاهده كردن، به تماشاي خودت، تشخيص خواهي داد كه تو واقعاً در بدن نيستي، در ذهن نيستي، بلكه وراي هردو هستي.

*اشو*، استاد موقعيت هاست و هر موقعيتي كه خلق مي كند، شامل "مراقبه ي پويا"، براي كمك به ساكت كردن ذهن است. او مي گويد كه حتي سخنانش نيز براي ساكت كردن ما است. وقتي توجه خودمان را به او مي دهيم، آن چرخه ي دروني از گردش بازمي ايستد.

حتي سخن گفتن او نيز يك موقعيت است.

*اشو* بيشتر پيروانش را وقتي كه در هند هستند مشغول نگه مي دارد ، در موقعيت ها.

علاوه بر "مراقبه ي پويا" كه از ساعت شش تا هفت صبح اجرا مي شود، رقص صوفي از ده تا يازده و نيم صبح و مراقبه *كنداليني* از پنج و نيم تا شش و نيم عصرهر روز به طور منظم

جريان دارد. در ميان اين برنامه هاي مراقبه، بيش از پانزده گروه رشد است كه مي توان از بين آن ها انتخاب كرد. ( زمان ها و برنامه ها اينك متفاوت است. م )

مردم همچنين در داخل و اطراف *آشرام* مشغول به كار هستند ، در باغچه، در دفتر، در كتابفروشي و انتشارات.... جايي كه فرستاده مي شوي، موقعيتي كه خلق مي شود، بستگي به نياز تو دارد. شايد به هيچ جا فرستاده نشوي.

وقتي براي نخستين بار نزد او آمدم، يكي از بزرگترين موانع من اين بود كه برايم زمان حال وجود نداشت. در دنيايي غيرواقعي زندگي مي كردم، نگران گذشته ي مرده بودم و براي آينده ي ناموجود رويابافي مي كردم. *اشو* مرا به يكي از مزارع فرستاد، جايي كه قرار بود يك *آشرام* ساخته شود، با اين توصيه: "اگرقطعه چوبي را اره مي كني تا كلبه اي بسازي، آن قطعه چوب را اره كن. كلبه را فراموش كن.

شايد هرگز چنين اتفاقي نيفتد. فقط آن قطعه چوب واقعي است. تماماً با آن قطعه چوب درگير باش."

به دلايل مختلفي كه اينك به نظر احمقانه مي آيند، نتوانستم با آن موقعيت كنار بيايم.

پس از سه هفته آنجا را ترك كردم و به جزيره ي *گوآ*، تفرجگاه شيفتگان لذت رفتم.

بين راه آن مزرعه و *گوآ* او را ديدم. قضاوتي وجود نداشت ، او هرگز چنين نمي كند ،_ فقط عشق، مهر و ادراك. همانطور كه صحبت مي كرديم، احساس كردم كودكي بدقلق هستم، ولي همانطور كه از او جدا مي شدم، چيزي به من گفت كه در آن زمان خيلي از سرم زياد بود. گفت، "من در *گوآ* با تو خواهم بود."

و بود. دو ماه طول كشيد تا اين را ببينم، ولي در *گوآ* نخستين تكه از حقيقت، از دانش، و از خرد در من جا افتاد و بخشي جدانشدني از وجودم شد: من آگاه شدم كه زمان يك توهم است. زمان وجود ندارد. زمان فقط نقطه ي ارجاعي براي نفس است، چيزي كه همچون خوراك به آن نياز دارد. گذشته مرده است. فقط يك خاطره است، بخشي از ذهن، و ذهن براي خوشامد خودش هرچيزي را تغيير مي دهد. خاطره واقعيت نيست، آينده نيز واقعيت نيست. آينده چيزي جز فرافكني اميال برآورده نشده نيست. فقط لحظه ي حال وجود دارد. زمان وجود ندارد.

او زماني گفته بود كه تا وقتي مفهوم زمان ازبين نرود، امكاني وجود ندارد كه نفس ازبين برود. درك اين نياز به دو موقعيت داشت، ولي *اشو جان* به من كمك كرد تا به نقطه اي برسم كه اينك چيزي معجزه آسا رخ بدهد.

وقتي اين اتفاق افتاد ، و اين يك رويداد بود، نه حاصل تلاشي خودآگاه ، همه چيز تغيير كرد. تمام انرژي من از منفي به مثبت برگشت: عشق در من شروع به شكوفاشدن كرد و من خودم را با يك هشياري جديد مي پاييدم. شروع كردم به درك وحدت ، همان آهنگي كه در من هست، در طبيعت نيز هست، همان اوج ها و همان دره ها، همان نورها و تاريكي ها. ديدم كه همه چيز به هم وصل است و فردها، تخيل هستند و ديدم كه
نه آغازي هست و نه پاياني، فقط يك جريان پيوسته وجود دارد. ديدم كه زندگي بي مقصد است و چيزي براي كسب كردن وجود ندارد.

و آشكارا ديدم كه باحركت كردن با جريان زندگي، همچون ابري سپيد، نفس مجبور است كه برود.

ديدم كه در پشت تمام تضادها، تمام رنج ها و دردها نفس وجود دارد. ناگهان، گذشته ام از من افتاد. ديگر وجود نداشت. هرچيزي كه اتفاق افتاده بود قادر به مشوش كردن من نبود، زيرا واقعاً براي من رخ نداده بود. براي ذهن رخ داده بود، براي بدن، نه براي من.

هنوز هم بالاوپايين هايي وجود دارند، قله ها و دره ها هستند و آينده هنوز هم به درون مي خزد. ولي گذشته رفته است و آن بقيه نيز روزي ازبين خواهند رفت.

وقتي *گوآ* را ترك كردم و به *پونا* بازگشتم، مرا در باغچه نزد *اشو جان* بردند.

همانطور كه از ميان چمن مي گذشتم، گفت، "من در *گوآ* با تو بودم."

براي نخستين بار، شروع كردم، فقط شروع كردم به درك اين نكته كه كاركردن با مرشد يعني چه. او روزي گفته بود، "مرشد همچون سايه تو را دنبال مي كند." من نمي دانم چگونه، ولي او هميشه هست، با من است و مرا راهنمايي مي كند. من شروع كرده ام تا او را واضح تر بشنوم.

او داستاني را مي گويد كه در آن از كودكان دبستاني پرسيده مي شود كه هركدام در خانه چه كمكي انجام مي دهند. يكي ظرف ها را مي شويد و ديگري رختخواب ها را جمع مي كند و همينطور بقيه...... ولي يك پسربچه ي كوچك پاسخ داد، "من بيشتر اوقات از سر راه كنار مي روم."

اين كاري مشكل است. نفس تا آخر مي جنگد. ولي من دارم مي آموزم كه از سر راه كنار بروم.
جنبه ي ديگري از *اشو جان* هست كه من از اشاره به آن اكراه دارم، زيرا در غرب به نظر عجيب مي آيد. ولي مي توانيد خودتان قضاوت كنيد.

*اشو جان* به نوعي در انزوايي قابل درك به سر مي برد. او در يك خانه ي بزرگ در منطقه ي مرفه *كورگان پارك* در *پونا* با چند مريد نزديكش زندگي مي كند. خانه هاي اطراف به سرعت خريداري مي شوند و يك *آشرام* بزرگ و مدرن در راه است. تا اينجا او از رفتن به غرب امتناع كرده است.

او به ندرت در مورد خودش حرف مي زند و همانطور كه در اين كتاب توجه خواهيد كرد، او خيلي كم شناخته شده است.

ولي يكي از سالكان *اشو* چند سال پيش از يك معبد تبتي در *رومتك* Rumtek در *سيكيم* Sikkimديدار كرد و در ملاقاتش با*لاما كارمپا* Lama Karmpa چنين مي گويد:

" او (*لاما*) قاب عكس كوچك آويخته به تسبيح *اشو جان* را در دستش گرفت و آن را به پيشاني اش نهاد و در موردش چنين گفت : « از زمان *بودا* تاكنون، او بزرگترين تناسخ است و يك بوداي زنده است.»"

آن *لاما* همچنين گفته بود كه *اشو جان* در دو زندگاني پيشين يكي از بزرگترين تناسخ هاي آنان بوده و تنديس طلايي او در *سالن تناسخات* the Hall of Incarnations در تبت پنهان شده است.

خود *اشو جان* فقط به آخرين مرگش در سال 106 در *تبت* اشاره مي كند. او مي خواسته پس از يك روزه ي بيست و يك روزه بدنش را تسليم كند، ولي سه روز مانده به پايان اين مدت، يكي از مريدانش او را مي كشد تا بتواند بارديگر زاده شده وكارش را ادامه دهد.

مادرش مي گويد كه در طول سه روز اول تولدش، او نه گريه كرد و نه چيزي خورد و *اشو جان* گفته است : "در اين زندگاني، آن سه روز تكميل شدند، ولي تكميل آن كار در اينجا، بيست و يك سال طول كشيد."

او در بيست و يك سالگي به اشراق رسيد.

وقتي او در اين مورد سخن مي گفت، اضافه كرد: "من فقط به اين دليل اين را براي شما گفتم تا شما را به جست و جوي زندگاني هاي پيشينتان وادارم."

من تاكنون قادر بوده ام سه زندگاني پيشينم را به ياد بياورم. و چهره ها و مناظري را ديده ام. زماني يك گرگ بودم، زماني مردي جوان بودم كه بازوي راستش توسط مغول ها يا بربرها قطع شده بود و زماني در مرگ *اشو جان* ،در هفتصد سال پيش در *تبت* حضور داشته ام. او سي وپنج سال است كه مرا نزد خودش مي خواند.

و اگر با خواندن اين كتاب تكان خورديد يا ارضاء شديد، او شما را نيز فرا مي خواند.

*سوامي كريشنا پريم Swami Krishna Prem*

# راه ابرهاي سپيد

## صبح اول

## دهم مي 1974

### *پرسش اول*

*اشو جان، چرا راه شما "راه ابرهاي سپيد خوانده مي شود؟"*

درست پيش از اينكه *بودا* از دنيا برود، كسي از او پرسيد: "وقتي *بودا* بميرد، به كجا مي رود؟ ،آيا باقي مي ماند، يا اينكه فقط در تهيا ناپديد مي شود؟"

و اين يك پرسش تازه نيست، بارها تكرار شده و پرسيده شده است.

گزارش شده كه *بودا* چنين گفت: "درست مانند ابري سپيد كه ناپديد مي شود."

همين امروز صبح ابرهاي سپيد در آسمان بودند. اينك ديگر نيستند. كجا رفته اند؟ از كجا آمده اند؟ چگونه شكل گرفتند و چگونه بارديگر محو شدند؟

ابر سپيد يك راز است ،آمدنشان، رفتنشان، خود وجودشان.

اين نخستين دليلي است كه من راهم را "راه ابرهاي سپيد" مي خوانم.

ولي دلايل بسياراند و خوب است كه درموردشان تعمق و مراقبه كنيم.

يك ابر سپيد بدون هيچ ريشه اي وجود دارد ، پديده اي بدون ريشه است، در هيچ كجا به زمين متصل نيست، يا اينكه به ناكجا متصل است، ولي با اين حال، وجود دارد.

تمام جهان هستي مانند ابري سپيد است، بدون هيچ ريشه، بدون هيچ سبب، بدون هيچ علت غايي، وجود دارد. همچون يك راز وجود دارد. يك ابر سپيد واقعاً راهي از خودش ندارد. سرگشته است. جايي براي رسيدن ندارد، مقصدي ندارد، سرنوشتي ندارد كه به انجام برساند، پاياني ندارد. نمي تواني ابري سپيد را ناكام كني، زيرا به هركجا كه برسد، مقصد اوست.

اگر هدفي داشته باشي، محكومي كه ناكام شوي.

ذهن هرچه بيشتر هدف گرا باشد، تشويش و اضطراب و ناكامي بيشتري وجود دارد ،_

زيرا وقتي كه هدفي داشته باشي، با يك مقصد خاص حركت مي كني.

و تمام جهان هستي بدون مقصد وجود دارد.

آن كل، راهي به جايي نيست، هدفي وجود ندارد، منظوري درميان نيست.

و وقتي كه‌تو مقصدي داشته باشي، با كل مخالف هستي ، اين را به ياد بسپار ، _ آنگاه ناكام خواهي شد. نمي تواني در مقابل كل پيروز شوي.

وجود تو بسيار كوچك است ، نمي تواني بجنگي، نمي تواني چيره شوي.

اين غيرقابل تصور است كه يك واحد فردي بتواند كل را فتح كند.

و اگر كل بي مقصد باشد و تو مقصدي داشته باشي، شكست خواهي خورد.

يك ابر سپيد به جايي كشيده مي شود كه باد هدايت كند ، مقاومت نمي كند، نمي جنگد.

يك ابر سپيد يك فاتح نيست، ولي بااين حال، بر روي همه چيز گردش مي كند.

نمي تواني آن را فتح كني، نمي تواني شكستش دهي.

ذهني ندارد كه برآن چيره شوي ، براي همين است كه نمي تواني آن را شكست دهي.

زماني كه توسط يك هدف، مقصد، يا معنا تثبيت شدي، وقتي كه آن جنون "به جايي رسيدن" را پيدا كني، آنگاه مشكل آغاز مي شود.

و شكست خواهي خورد ، اين قطعي است. شكست تو همان خود طبيعت جهان هستي است.

يك ابر سپيد جايي براي رفتن ندارد. حركت مي كند، به همه جا مي رود. تمام ابعاد به او تعلق دارند، تمام جهات مال او هستند.

هيچ چيز مردود نيست. همه چيز هست، وجود دارد، در يك پذيرش تمام.

براي همين است كه من راهم را "راه ابرهاي سپيد" مي خوانم.

ابرهاي سپيد راهي از خودش ندارند ، فقط پرسه مي زنند.

راه يعني رسيدن به جايي.

راه ابر سپيد يعني راه بدون راه، طريق بي طريق. حركت كردن، بدون ذهن.

هوم؟ ، اين نكته بايد فهميده شود ، زيرا هدف مترادف است با ذهن.

براي همين است كه نمي توانيد متصور شويد كه چگونه بي منظور مي توان زندگي كرد، زيرا ذهن بدون هدف نمي تواند وجود داشته باشد.

و مردم بسيار مسخره هستند ، حتي نزد من مي آيند و مي پرسند: "هدف از مراقبه چيست؟" مراقبه نمي تواند هدفي داشته باشد، زيرا مراقبه در اساس يعني وضعيت بي ذهني no-mind ، _ جايي كه تو وجود داري، ولي جايي نمي روي، جايي كه فقط بودن، فقط بودنش هدف است. هدف در اينك و اينجاست.

زماني كه هدف درجايي ديگر باشد، ذهن سفر خودش را آغاز مي كند.

آنگاه ذهن شروع مي كند به فكركردن، ذهن روندي را آغاز مي كند.
اگر آينده اي وجود داشته باشد، ذهن مي تواند جاري شود،آنگاه ذهن مي تواند دوره ي خودش را داشته باشد، آنوقت ذهن فضايي براي حركت دارد.
آينده همراه با هدف مي آيد، همراه با آينده، زمان مي آيد.
و ابر سپيد در آسمان مي پلكد، بي زمان، زيرا آسمان را آينده اي و ذهني نيست.
آسمان اينك و اينجاست. هرلحظه ابديتي تمام است.
ولي ذهن نمي تواند بدون هدف وجود داشته باشد، بنابراين ذهن به آفريدن هدف ها ادامه مي دهد.
اگر آن اهداف به اصطلاح دنيايي رفته باشند، آنوقت ذهن اهداف مذهبي مي آفريند، اهداف آن-دنيايي.
اگر پول بي فايدگي خودش را اثبات كرده باشد، آنگاه مراقبه مفيد مي شود.
اگر دنياي رقابت ها و سياست ها عبث بودنشان را اثبات كرده باشند، آنوقت دنيايي از رقابتي تازه، دنياي مذهب و دستاوردهاي ديني بامعني مي شود.
ولي به هرحال ذهن هميشه مشتاق معنا و منظور است.
و درنظر من، فقط ذهني مذهبي است كه بي هدف باشد. ولي اين يعني كه آن ذهن ابداً ديگر ذهن نيست.
خودت را همچون يك ابر سپيد متصور شو، بدون ذهن.
در تبت، مراقبه دارند، نه؟ راهبان تنها روي صخره ها مي نشينند، در تنهايي مطلق و فقط روي ابرهاي سپيدي كه در آسمان پرسه مي زنند، مراقبه مي كنند، پيوسته در حال تعمق هستند و رفته رفته در آن حل مي شوند.
آنگاه ابرهايي سپيد مي شوند ، درست همچون ابري سپيد در جايگاهي رفيع.
بدون ذهن، فقط بودن در آنجا.
بدون مقاومت، بدون جنگيدن، چيزي براي كسب كردن وجود ندارد، چيزي براي ازدست دادن وجود ندارد. فقط از جهان هستي لذت مي برد، لحظه را، خوشي و سرور آن را ، جشن مي گيرد. براي همين است كه من راهم را "راه ابرهاي سپيد" مي خوانم.
و مايلم شما نيز ابرهايي سپيد شويد كه در آسمان گردش مي كنند.
مي گويم گردش، نه حركت، نه حركتي به سوي يك نقطه، فقط گشت زدن، هركجا كه باد تو را هدايت كند.
هركجا كه رخ داده باشي، همانجا مقصد است.

بنابراين هدف جايي در آخر كار نيست، پايان خط نيست.

هر لحظه هدف است.

براي من، شما در اينجا *سيدا* siddha هستيد، افراد به اشراق رسيده.

در اينجا، شما به دست آورده ايد. در اينجا، شما هرقدر كه مي توانيد كامل هستيد، درست مانند يك *بودا* ، يك *ماهاوير* يا يك *كريشنا* .

چيز ديگري براي به دست آوردن وجود ندارد.

درست در همين لحظه همه چيز وجود دارد ، فقط شما هشيار نيستيد.

و شما هشيار نيستيد، زيرا ذهنتان در آينده قرار دارد.

شما اينجا نيستيد، هشيار نيستيد كه درست در همين لحظه چه اتفاقي برايتان افتاده است.

و هميشه و هميشه چنين روي داده است.

براي ميليون ها ميليون زندگاني چنين روي داده است. حتي براي يك لحظه نيز ازدست نرفته است. نمي تواند ازدست برود ، طبيعتش چنين است، چيزها چنين هستند.

نمي تواني آن را ازكف بدهي.

ولي شما هشيار نيستيد، و نمي توانيد هشيار باشيد، زيرا كه هدفي در جايي هست، چون بايد چيزي به دست آوريد.

به همين سبب مانعي ايجاد مي شود و آن وجودي كه پيشاپيش هستيد از دست مي رود.

وقتي كه اين نكته درك شد، زماني كه به اين تشخيص رسيدي، وقتي از اين هشيار شدي، بزرگترين راز وجود آشكار مي شود ، كه هر كسي كامل است.

وقتي كه ما مي گوييم همه *برهما* *Brahma* هستند ،_ همه آن روح هستند، آن روح غايي، آن الوهيت ، منظورمان همين است.

وقتي مي گوييم *تات وام آسي* *Tattwamasi* منظورمان همين است: تو همان هستي.

چنين نيست كه تو بايد او *بشوي*. زيرا اگر قرار باشد كه تو او بشوي، يعني كه تو او *نيستي*.

و اگر پيشاپيش او نباشي، چگونه مي تواني بشوي؟

يك دانه مي تواند يك درخت شود، زيرا كه پيشاپيش يك درخت *هست* .

يك سنگ نمي تواند يك درخت شود.

دانه مي تواند درخت شود، زيرا كه پيشاپيش *همان* هست.

پس مسئله ي شدن در ميان نيست، مسئله فقط هويداشدن است: دانه در اين لحظه همچون يك دانه هويداست و در لحظه ي بعد همچون يك درخت.

بنابراين مسئله فقط آشكارشدن است. و اگر بتواني عميقاً رسوخ كني، آن دانه در همين لحظه نيز يك درخت است.

عارفان تبتي، يا مرشدان *ذن* يا دراويش *صوفي* همگي از ابرهاي سپيد سخن گفته اند.

ابرهاي سپيد درون بسياري از مردم را لمس كرده اند.

به نظر مي رسد كه ارتباطي با ابرهاي سپيد به دست آمده است.

آن را يك مراقبه بساز و آنگاه چيزهاي زيادي برايت خواهند آمد.

زندگي را نبايد همچون يك مشكل گرفت. زماني كه چنين آغاز كني، گم شده اي.

وقتي كه به زندگي همچون يك مشكل نگاه كني، هرگز نمي تواند حل شود.

فلسفه چنين حركت مي كند ، و فلسفه اينگونه هميشه به خطا رفته است.

هيچ فلسفه اي درست نيست: نمي تواند باشد. تمام فلسفه ها اشتباه هستند. فلسفه بافي خطاست، زيرا فلسفه همان گام اساسي را به خطا برمي دارد و مي پندارد كه زندگي يك مشكل است.

زماني كه زندگي يك مشكل باشد، راه حلي برايش وجود نخواهد داشت.

زندگي يك مشكل نيست، بلكه يك راز است. مذهب چنين به زندگي مي نگرد.

و ابر سپيد اسرارآميزترين چيز است: ناگهان ظاهر مي شود و ناگهان ناپديد مي شود.

آيا هيچگاه فكر كرده ايد كه ابرها نه نامي دارند و نه شكلي؟ nam-rup حتي براي يك لحظه نيز شكلشان ثابت نيست. پيوسته در تغيير هستند، همچون رودخانه اي در جريان هستند. مي تواني به يك ابر شكلي بدهي، ولي اين فرافكني خودت است.

يك ابر شكلي ندارد ، يا اينكه پيوسته درحال شكل گرفتن است ، يك حركت هميشگي است. و زندگي نيز چنين است. تمام شكل ها فرافكني هستند.

در اين زندگاني خودت را يك مرد مي خواني، و درست در زندگاني پيشين مي توانسته اي يك زن باشي.در اين زندگاني سپيدپوستي و در زندگاني بعد مي تواني يك سياه پوست باشي. در اين لحظه هوشمندي و در لحظه ي بعد احمقانه رفتار مي كني.

اين لحظه ساكت هستي و لحظه اي بعد خشمگين و آتشين و تهاجمي مي شوي.

آيا يك شكل داري، يا اينكه پيوسته در تغيير هستي؟ تو جرياني پويا هستي، يك ابر.

آيا نامي داري، هويتي داري؟ آيا مي تواني خودت را اين يا آن بخواني؟

لحظه اي كه بگويي من اين هستم، در همان لحظه آگاه خواهي شد كه ضد آن نيز هستي.

به كسي مي گويي: دوستت دارم ، و در همان لحظه نفرت نيز وجود دارد.

مي گويي كه با كسي دوست هستي و در همان لحظه آن دشمن در درونت مي خندد، و منتظر زمان خودش است.

لحظه اي مي گويي كه خوشحالي و لحظه اي بعد آن خوشحالي ازميان رفته است و تو غمگين شده اي. تو هويتي نداري. اگر اين را تشخيص بدهي، يك ابر مي شوي، بدون شكل، بدون نام.

و آنگاه گشت زدن آغاز مي شود.

به نظر من، زندگي يك ابر سپيد است، زندگي يك *سانياسي* sannyasi است ، كسي كه از در راه سلوك است. زندگي يك شخص خانه دار، يك تكرار تثبيت شده است.

چيزي مرده است، يك الگوي تكراري است. شكلي دارد و نامي دارد. در شياري مشخص حركت مي كند ، همچون ريل هاي قطار است. قطارها روي ريل حركت مي كنند، آن ها يك هدف دارند، مقصدي دارند كه بايد به آن برسند.

ولي يك سالك همچون ابري در آسمان گردش مي كند ، شيارهاي آهنين براي او وجود ندارند، نه مسيري، نه هويتي. او كسي نيست و همچون يك ناموجود non-being زندگي مي كند ، طوري زندگي مي كند كه گويي وجود ندارد.

اگر بتواني چنان زندگي كني كه گويي نيستي، در راه من قرار داري.

و هرچه بيشتر وجود داشته باشي، بيماري هاي بيشتري وجود خواهند داشت.

هرچه كمتر باشي، سالم تر خواهي بود. هرچه كمتر باشي، كم وزن تر خواهي بود.

هرچه كمتر باشي، الهي تر و مسرورتر خواهي بود.

وقتي كه مي گويم زندگي يك مشكل نيست بلكه يك راز است، منظورم اين است كه نمي تواني آن را حل كني ، مي تواني آن بشوي.

مشكل چيزي است كه بايد از طريق عقل حل شود؛ ولي حتي اگر آن را حل كني، هيچ چيز به دست نيامده است.

قدري دانش بيشتر جمع كرده اي، ولي سروري از آن حاصل نشده است.

راز چيزي است كه مي تواني آن بشوي. مي تواني با آن يگانه شوي.

آنگاه شعف برمي خيزد، سرور وجود دارد ، آنگاه آن خوشي غايي، آن نهايتي كه مي تواند براي انسان روي بدهد.

دين زندگي را همچون يك راز مي داند.

با يك راز چه مي تواني بكني؟

با يك راز هيچ كاري نمي تواني بكني، ولي با خودت مي تواني كاري بكني، مي تواني اسرارآميزتر بشوي.

آنگاه مشابه مي تواند با مشابه ديدار كند. در زندگي به دنبال رازها باش.

هركجا كه مي نگري ، در ابرهاي سپيد، در شب هاي پرستاره، در گل ها، در رودخانه اي جاري ، هركجا را كه مي نگري، دنبال اسرار باش.

و هركجا كه دريافتي رازي وجود دارد، رويش مراقبه كن. و مراقبه يعني: خويش را نزد آن راز محو كن، خودت را نزد آن راز ازبين ببر، نزد آن راز متلاشي شو.

ديگر نباش و بگذار آن راز چنان با تماميت وجود داشته باشد كه تو جذب آن شده باشي.

و ناگهان دري تازه گشوده مي شود، نگرشي تازه به دست مي آيد.

ناگهان دنياي پيش پاافتاده ي تقسيم ها و جدايي ها ناپديد مي شود، و دنيايي تازه، دنيايي كاملاً متفاوت، دنيايي از وحدت پيش تو خواهد آمد.

همه چيز مرزهايش را از دست مي دهد، همه چيز در يگانگي وجود دارد.

ولي اين فقط وقتي مي تواند صورت بگيرد كه تو با خودت كاري كرده باشي.

اگر مجبور باشي مشكلي را حل كني، بايد با آن مشكل كاري انجام دهي. بايد يك كليد يا يك راهنمايي بيابي.

بايد روي مشكل كار كني. بايد به آزمايشگاه بروي ، بايد عملي انجام دهي.

اگر مجبور باشي با رازي روبه رو شوي، آنوقت بايد كاري با خودت انجام دهي، نه با آن راز ، با راز نمي توان كاري كرد.ما در برابر يك راز ناتوان هستيم، براي همين است كه پيوسته رازها را به مشكلات تغيير مي دهيم ،_ زيرا با مشكلات ما توانا هستيم، با مشكلات احساس مي كنيم كه در كنترل هستيم. با رازها، ما ناتوانيم، نمي توانيم هيچ كاري بكنيم. با رازها، ما با مرگ روبه رو مي شويم، نمي توانيم آن را دستكاري كنيم.

براي همين است كه هرچه عقل انسان بيشر در رياضي و منطق رشد مي كند، امكان شعف براي ذهن انسان كمتر و كمتر مي شود. احساسات عاشقانه گم مي شوند. زندگي واقعيتي خشك مي شود، نه چيزي نمادين.

بنابراين، وقتي مي گويم كه راه من " راه ابرهاي سپيد" است، اين فقط يك نماد است. ابر سپيد همچون يك چيز واقعي نيست، همچون يك نماد به كار رفته، يك نماد شاعرانه، همچون نمادي ژرف و فراگير در رازها و معجزات.

# رابطه بس است!

پرسش دوم

*اشو جان، ممکن است بگوييد که رابطه ي شما با ابرهاي سپيد چيست؟*

من يك ابر سپيد هستم. رابطه اي وجود ندارد، و نمي تواند وجود داشته باشد.

رابطه وقتي وجود دارد که شما دوتا باشيد، تقسيم شده باشيد.

من يك ابر سپيدم. نمي تواني با يك ابر سپيد رابطه بزني.

مي تواني با آن يكي شوي و اجازه دهي که آن ابر سپيد با تو يكي شود، ولي رابطه ممکن نيست.

در رابطه، شما جدا باقي مي مانيد و در رابطه به دستكاري كردن ادامه مي دهيد.

و اين يكي از مصيبت هاي انساني است ، که حتي در عشق نيز رابطه ايجاد مي کنيم. آنگاه عشق از دست مي رود.

عشق نبايد يك رابطه باشد. بايد آن عاشق يا آن معشوق بشوي. بايد ديگري بشوي و بگذاري که ديگري تو بشود. بايد درهم ادغام شويد ، تنها در اين صورت است که تضاد متوقف مي شود. وگرنه عشق يك مبارزه و تضاد مي شود.

اگر وجود داشته باشي، آنوقت سعي مي کني که سلطه داشته باشي، آنگاه ميل به مالك شدن خواهي داشت، آنوقت مايلي که ارباب باشي ، آنوقت بهره کشي وارد مي شود.

آنگاه ديگري يك وسيله مي شود، نه يك هدف.

با ابرهاي سپيد نمي تواني چنين کني ، نمي تواني از آن ها زنان يا شوهراني بسازي.

نمي تواني آن ها را به زنجير بكشي و يا ترغيبشان کني که وارد رابطه شوند. آن ها چنين اجازه اي نخواهند داد، به تو گوش نخواهند داد. آن ها به قدر کافي رابطه داشته اند ، _ براي همين است که اينك ابري سپيد گشته اند.

مي تواني با آن ها يكي شوي و آنگاه قلبشان گشوده مي شود.

ولي ذهن انسان نمي تواند به وراي رابطه بينديشد، زيرا ما نمي توانيم به خودمان طوري بينديشيم که گويي نيستيم. هرچقدر هم که پنهانش کنيم، بازهم وجود داريم.

در اعماق، نفس ego وجود دارد و در اعماق، نفس به سلطه جويي ادامه مي دهد.

با ابر سپيد چنين امكاني نيست.

با نفس خودت، مي تواني به ابر سپيد نگاه کني، در موردش فكر کني، ولي رازها گشوده نخواهند شد. درها بسته خواهند ماند. در شب تاريك باقي مي ماني.

اگر نفست ازبين برود، آن ابر سپيد گشته اي.

در *ذن*، يكي از باستاني ترين سنت هاي نقاشي وجود دارد.

يك مرشد *ذن* مريدي داشت كه نقاشي كردن را مي آموخت، و البته، توسط نقاشي كردن، مراقبه را.آن مريد مجذوب خيزران ها بود و مدام ني هاي خيزران را طراحي و نقاشي مي كرد. چنين گزارش شده كه آن مرشد به مريد گفت: تازماني كه يك ني نشوي، هيچ اتفاقي نخواهد افتاد.

آن مريد ده سال بود كه خيزران ها را طراحي مي كرد و چنان ماهر شده بود كه حتي با چشمان بسته، در شبي تاريك نيز مي توانست آن ها را طراحي كند. و خيزران هاي او بسيار كامل و بسيار زنده بودند. ولي مرشد آن ها را تاييد نمي كرد و مي گفت: "نه، تا زماني كه يك خيزران نشوي، چگونه مي تواني آن را طراحي كني؟ جدا مي ماني، يك ناظر باقي مي ماني، يك تماشاچي هستي.

پس مي تواني خيزران را از بيرون بشناسي، ولي اين پيرامون است ، نه روح خيزران.

تاوقتي كه با آن يكي نشوي، تازماني كه*تو* يك خيزران نشوي، چگونه مي تواني آن را از درون بشناسي؟"

آن مريد ده سال تلاش كرد، ولي مرشد تاييد نمي كرد.

بنابراين مريد به نيستان رفت و در آنجا گم شد. تا سه سال كسي از او خبري نداشت. سپس خبر رسيد كه او يك خيزران شده است: اينك ديگر طراحي نمي كند. با خيزران ها زندگي مي كند، با آن ها مي ايستد. باد كه مي ورزد، خيزران ها مي رقصند، او نيز مي رقصد.

سپس مرشد رفت تا جويا شود. و واقعاً ، آن مريد يك خيزران شده بود.

مرشد گفت: حالا خيزران ها و خودت را فراموش كن.

مريد گفت: ولي تو به من گفتي كه يك خيزران شوم و من شدم.

مرشد گفت: "حالا همين را نيز فراموش كن، زيرا اينك خود اين يك مانع است. در عمق درون، در جايي تو هنوز جدا هستي و به ياد مي آوري كه يك خيزران شده اي.

بنابراين هنوز يك خيزران كامل نشده اي، زيرا يك خيزران اين را به ياد نمي آورد. پس فراموشش كن."

براي ده سال هيچ صحبتي از خيزران به ميان نيامد. سپس روزي مرشد مريد را فراخواند و گفت: "حالا مي تواني طراحي كني. نخست خيزران شدي، سپس خيزران را فراموش كردي و حالا، چنان خيزران كاملي شده اي كه ديگر طراحي، يك طراحي نيست، بلكه يك رشد است."

بنابراين، من ابداً رابطه اي با ابرهاي سپيد ندارم ، يك ابر سپيد هستم.

و مايلم شما نيز ابرهاي سپيد باشيد، نه اينكه رابطه داشته باشيد.

رابطه بس است، به قدر كافي رنج برده ايد. شما در زندگاني بسيار و بسيار با اين چيز و آن چيز رابطه داشته ايد. و به اندازه ي كافي رنج برده ايد. بيش از لياقتتان رنج برده ايد.

و آن رنج بر اساس مفهوم اشتباه رابطه بوده است. مفهوم اشتباه اين است:

تو بايد خودت باشي و سپس رابطه بزني.

وگرنه تنش و تضاد و خشونت و تهاجم خواهد بود و تمام جهنم به دنبال خواهد آمد.

*سارتر Sartre* در جايي مي گويد: " ديگري جهنم است."

ولي درواقع، ديگري جهنم نيست ، ديگري ديگري است، زيرا كه تو يك نفس هستي.

اگر تو ديگر وجود نداشته باشي، ديگري ازبين خواهد رفت.

و هرگاه چنين رابطه اي برقرار شود: بين يك انسان و يك درخت، بين يك انسان و يك ابر، بين يك مرد و يك زن، يا بين يك انسان و يك كوه ،_ هرگاه چنين رخ بدهد كه *تو* نباشي، جهنم ازبين خواهد رفت. ناگهان تغيير ماهيت داده اي ، وارد بهشت گشته اي.

آن داستان قديمي انجيلي زيباست:

آدم و حوا از باغ بهشت بيرون رانده شدند، زيرا كه ميوه اي ممنوعه را خورده بودند ، ميوه ي درخت دانش را. اين يكي از شگفت انگيزترين تمثيل هايي است كه تاكنون ابداع شده است.

چرا خوردن ميوه درخت دانش منع شده بود؟ زيرا لحظه اي كه دانش وارد شود، نفس وجود خواهد داشت. لحظه اي كه بداني هستي، سقوط كرده اي. گناه نخستين همين است.

هيچكس آدم و حوا را از بهشت اخراج نكرد.

لحظه اي كه آگاه شدند كه وجود دارند، باغ بهشت ناپديد شد.

براي چنين چشماني كه پر از نفس هستند، آن باغ نمي تواند وجود داشته باشد.

چنين نيست كه آنان از آن باغ اخراج شده باشند ، آن باغ در اينك و اينجا قرار دارد. در كنارت است. هميشه هركجا كه بروي تو را دنبال مي كند ، ولي تو نمي تواني آن را ببيني.

اگر نفس وجود نداشته باشد، بارديگر واردش شده اي: آن باغ برايت هويدا مي شود. تو هرگز بيرون از آن نبوده اي. اين را امتحان كن: زير درختي بنشين و خودت را فراموش كن. بگذار فقط درخت آنجا باشد.

براي *بودا* در زير آن درخت *بودي* the Bodhi tree چنين روي داد: او وجود نداشت:

در آن لحظه همه چيز اتفاق افتاد. فقط درخت *بودي* در آنجا بود.

شايد آگاه نباشيد كه تا پانصد سال پس از *بودا*، مجسمه اي از او ساخته نشده بود، تصويري از او كشيده نشده بود.

در طول پانصد سال، هرگاه يك معبد بودايي ساخته مي شد، فقط تصوير آن درخت در آنجا وجود داشت. اين زيبا بود ، زيرا در آن لحظه، وقتي *گوتام سيدارتا*، *بودا* شد، او آنجا نبود، فقط درخت *بودي* وجود داشت.

او براي لحظه اي ازبين رفته بود ، فقط آن درخت وجود داشت.

لحظاتي را پيدا كن كه وجود نداشته باشي. و آن لحظاتي خواهند بود كه براي نخستين بار، واقعاً وجود داري.

بنابراين من ابر سپيدم، و تمام تلاش در اين است كه شما نيز ابرهايي سپيد شويد و در آسمان گردش كنيد. جايي براي رفتن نيست، از جايي نيامده ايد. فقط در همين لحظه وجود داشته باشيد ، كامل.

من به شما هيچ آرماني نمي آموزم. هيچ بايدي آموزش نمي دهم.

نمي گويم اين باش و آن شو.

تمام آموزش من فقط اين است: هرچه كه هستي، آن را چنان تماماً بپذير كه چيزي براي كسب كردن از آن باقي نمانده باشد.

و تو يك ابر سپيد خواهي شد.

# رودخانه را هل نده

***پرسش سوم***

*اشو جان، آيا اين درست است كه براي اينكه واقعاً تغيير كنيم و تماماً حضور داشته باشيم و يك ابر سپيد شويم، بايد تمام روياها و تخيلاتمان را زندگي كينم؟*

مسئله اين نيست كه آيا فرد بايد روياها و تخيلاتش را زندگي كند يا نه. شما در آن ها زندگي مي كنيد. پيشاپيش در آن ها به سر مي بريد. و مسئله ي انتخاب درميان نيست. نمي تواني انتخاب كني.

آيا مي تواني انتخاب كني؟ آيا مي تواني روياهايت را دور بيندازي؟ آيا مي تواني تخيلاتت را كنار بگذاري؟

اگر بكوشي روياهايت را دور بيندازي، بايد آن ها را با روياهاي ديگري جايگزين كني. اگر سعي كني تخيلاتت را تغيير بدهي، با نوعي ديگر از تخيلات عوض خواهند شد ، ولي رويا و تخيل باقي خواهند ماند.

پس چه بايد كرد؟ ، آن ها را بپذيد. چرا با آن ها مخالف باشي؟

اين درخت گل هاي قرمز دارد. آن درخت گل هاي زرد دارد. چه اشكالي دارد؟ خوب است.

تو روياهاي مشخصي داري ، روياهاي زردرنگ.

ديگري روياهاي ديگري دارد ، روياهاي آبي رنگ، قرمز. اشكالي ندارد.

چرا با روياهايت بجنگي، چرا سعي مي كني تغييرشان بدهي؟

وقتي كه سعي كني آن را عوض كني، آن ها را باور نيز خواهي داشت. فكر نمي كني كه رويا هستند، مي پنداري كه واقعي هستند و تغيير دادنشان اهميت خواهد داشت.

اگر روياها، رويا هستند، چرا آن ها را نپذيري؟ و لحظه اي كه آن ها را بپذيري، ازبين خواهند رفت.

راز اين است: لحظه اي كه آن را بپذيري، ازميان مي روند ، زيرا كه ذهن رويابين، توسط ردكردن وجود دارد. خود پديده ي ذهن رويابين، ردكردن است.

تو چيزهاي بسياري را رد كرده اي ،_ براي همين است كه آن ها در روياهايت بالا مي زنند: درخيابان حركت مي كني. به زن يا مرد زيبايي نگاه مي كني. ميلي برمي خيزد. و ناگهان آن ميل را پس مي زني: "كار خطايي است!" آن را رد مي كني.

سنت ها، فرهنگ، جامعه، اخلاقيات مي گويند كه اين خوب نيست.

به گلي زيبا نگاه مي كني، هيچ چيز بدي در آن نيست. ولي وقتي به يك صورت زيبا نگاه مي كني، بي درنگ چيزي به خطا مي رود ، آن را رد مي كني.

حالا، همان صورت به يك رويا تبديل مي شود. حالا اين صورت تو را همچون يك روح تعقيب خواهد كرد. حالا اين صورت در شب هنگام به سراغت خواهد آمد. حالا آن بدن تو را محاصره خواهد كرد. آن ميل كه تو آن را رد كرده بودي، به يك رويا بدل مي شود.

اميالي را كه سركوب كني به روياها و تخيلات تبديل مي شوند.

بنابراين: چگونه رويا بيافريني؟

راز آن اين است: ردكن. لحظه اي كه رد مي كني، روياهاي بيشتري وجود خواهند داشت.

بنابراين كساني كه به كوهستان ها مي گريزند، كساني كه زندگي را رد مي كنند، سرشار از رويا هستند. و روياهايشان چنان توهمي واقعي مي شود كه قادر نيستند تمايزي قايل شوند كه آيا اين يك روياست يا واقعيت است.

رد نكن، وگرنه روياهاي بيشتري خواهي آفريد.

.بپذير.

هراتفاقي برايت رخ مي دهد، آن را همچون بخشي از وجودت بپذير. آن را محكوم نكن.

زماني كه بيشتر پذيرا شوي، روياها محو مي شوند. شخصي كه زندگيش را تماماً پذيرفته باشد، بي رويا مي شود، زيرا خود ريشه قطع شده است. اين يك نكته.

و نكته ي دوم: همه چيز طبيعت است ، مي گويم همه چيز. نه تنها درختان، نه تنها ابرها ، همه چيز. هر اتفاقي كه افتاده، به سبب طبيعت رخ داده است. هيچ چيز غيرطبيعي وجود ندارد ، نمي تواند وجود داشته باشد. وگرنه، چگونه توانسته رخ بدهد؟

همه چيز طبيعي است. بنابراين تقسيم نكن كه اين طبيعي است و آن غير طبيعي. هرچه كه وجود دارد، طبيعي است. ولي ذهن با تمايزات و تقسيمات زنده است.

به تقسيم ها و جدايي ها اجازه نده، هرچه را كه هست بپذير و بدون هيچ تحليلي بپذير.

چه در بازار باشي و چه در كوهستان، در يك طبيعت قرار داري. طبيعت درجايي كوه و درخت شده و درجايي، مغازه هايي در بازار.

و زماني كه راز پذيرفتن را شناختي، حتي بازار نيز زيبا خواهد شد. بازار زيبايي خودش را دارد ، زندگي آنجا، فعاليت، آن ديوانگي زيبا كه در آنجا جريان دارد. بازار زيبايي خودش را دارد! و به ياد بسپار: اگر بازار وجود نداشت، كوهستان چنان زيبا نمي بود. كوهستان ها به اين

دليل بسيار زيبا و ساكت هستند كه بازار وجود دارد. اين بازار است كه به كوهستان سكوت مي بخشد.

پس در همه جا ، چه در بازار باشي و چه مشغول ذكر "*هاري كريشنا، هاري راما*" باشي و چه در سكوت زير درختي نشسته باشي، همه چيز را يك گستره بدان، تقسيمش نكن. و زماني كه مي رقصي و "*هاري كريشنا، هاري راما*" مي خواني، از آن لذت ببر!

اين روشي است كه در اين لحظه جريان داري. *"هاري كريشنا، هاري راما"* مي تواند يك شكوفايي در تو باشد، براي بسياري چنين بوده است.

زماني كه *ماهاپرابو چيتانيا* Mahaprabhu Chaitanya در روستاهاي *بنگال* مي رقصيد و نيايش "*هاري كريشنا، هاري راما*"ي خودش را مي خواند، اين يك شكوفايي بود.

اين يكي از زيباترين چيزهايي بود كه هرگز رخ داده بود. نه تنها *بودا* در زير درخت *بودي* اش زيباست، يك *چيتانيا ماهاپرابو* نيز كه با ذكر "*هاري كريشنا، هاري راما*" در خيابان ها مي رقصد نيز زيباست. اين انتهاي ديگر است.

مي تواني زير درختي بنشيني و خودت را چنان از ياد ببري كه كاملاً ازميان بروي. مي تواني در خيابان برقصي و چنان در ذكر خودت غرقه شوي كه ازبين بروي.

راز آن در مجذوب شدن تمام است، در هر فعاليتي كه باشي.

و براي مردم مختلف به روش هاي مختلف روي مي دهد. نمي توانيم تصور كنيم كه *بودا* مي رقصد. او چنين مردي نبود، نه از نوع رقصنده. ولي تو ممكن است از اين نوع باشي ، پس به خودت تحميل نكن، وگرنه در زير يك درخت *بودي* دچار دردسر خواهي شد.

با زور زير آن درخت نشستن و خودت را بي حركت نگه داشتن، يك خشونت خواهد بود.

و آنوقت صورتت همچون يك *بودا* نخواهد بود. اين يك شكنجه خواهد بود، شكنجه ي خود.

شايد تو از نوع *چيتانيا* باشي، شايد همچون *ميرا* Meera باشي.

پيدا كن كه ابرهاي تو چگونه حركت مي كنند، به كجا گردش مي كنند. و به آن ها آزادي كامل بده تا حركت كنند و بچرخند. *هركجا* كه بروند، به الوهيت خواهند رسيد. رودخانه را هل نده ، با آن جاري باش. زندگي يك رقص زيباست. ولي بايد تماماً درآن حضور داشته باشي ، نكته در اينجاست. هيچ چيزي را رد نكن ، مردود كردن عملي غيرمذهبي است.

تماماً بپذير ، _ پذيرش نيايش است.

# رازي وراي ذهن

## *صبح دوم*

## *11 مي 1974*

### *پرسش اول*

*اشو جان، اي ابر زيبا، چرا ما چنين خوشبختيم كه با تو هستيم و تو چرا با ما هستي؟*

چراها هميشه غيرقابل پاسخ هستند. براي ذهن چنين به نظر مي رسد كه هرگاه چرا بپرسي، مي تواند پاسخ داده شود. ولي اين يكي از فرضيات كاذب است. تاكنون هيچ چرايي پاسخ داده نشده يا توانسته كه پاسخ داده شود؟

جهان هستي وجود دارد ، در موردش هيچ چون وچرا وجود ندارد. اگر بپرسي، اگر اصرار كني، شايد پاسخي خلق كني ، ولي اين پاسخي آفريده شده است، واقعاً يك پاسخ نيست. خود پرسيدن در اساس مسخره است.

درختان وجود دارند ، نمي تواني بپرسي چرا. آسمان وجود دارد ، نمي تواني بپرسي چرا. جهان هستي وجود دارد، رودخانه ها جاري هستند، ابرها شناورند ، نمي تواني بپرسي چرا. ذهن مي پرسد چرا، اين را مي دانم. ذهن كنجكاو است، مي خواهد چرايي همه چيز را بداند.

ولي اين يك مرض ذهني است و اين چيزي است كه نمي تواند ارضاء شود ، زيرا اگر يك چرا را پاسخ دهي، آنگاه بي درنگ چراي ديگري برمي خيزد.

هر پاسخي فقط توليد پرسش هاي بيشتر مي كند. و تا آن پاسخ نهايي به تو داده نشود، ذهن راضي نخواهد شد. و آن پاسخ نهايي وجود خارجي ندارد.

منظورم از "پاسخ نهايي " اين است كه ديگر نتواني بپرسي چرا.

ولي همچون وضعيتي ممكن نيست. هرچه گفته شود، بازهم باخودش چرا مي آورد.

تمام تلاش هاي عبث فلسفه ها اين بوده است: اين دنيا چرا هست؟

بنابراين فكر كردند و نظريه اي در موردش ساختند: خداوند آن را خلق كرده ، ولي چرا خدا آن را خلق كرده؟

آنوقت بازهم نظريه و نظريه...... و عاقبت: چرا خدا وجود دارد؟

بنابراين نخستين چيزي كه بايد بداني اين است: خود كيفيت اين ذهن كه به پرسيدن چراها ادامه مي دهد.

همانطور كه برگ ها روي درخت مي رويند، چراها نيز روي ذهن مي رويند ،
يكي را قطع مي كني، بسياري ديگر رشد مي كنند.
و شايد پرسش هاي بسياري جمع كني، ولي آن پاسخ نهايي وجود نخواهد داشت.
و تا آن پاسخ وجود نداشته باشد، ذهن در بي قراري به پرس و جويش ادامه مي دهد.
پس نخستين چيزي كه مايلم به تو بگويم اين است: زياد روي چراها اصرار نكن.
ما چرا اصرار مي كنيم؟ چرا مي خواهيم سبب را بدانيم؟ چرا مي خواهيم عميقاً وارد چيزي بشويم و تا ريشه اش پيش برويم؟
چرا؟ زيرا اگر تمام چراها را بداني، اگر تمام پاسخ ها را در مورد يك چيز بداني، بر آن مسلط مي شوي. آنگاه آن چيز مي تواند مورد دستكاري قرار بگيرد. آنگاه آن چيز ديگر يك راز نخواهد بود، ديگر شگفتي و هيبتي در موردش وجود نخواهد داشت.
تو آن را شناخته اي ، آن راز را كشته اي.
ذهن يك قاتل است ، قاتل تمام اسرار. ذهن هميشه با هرچيز مرده راحت است.
باهرچيز زنده، ذهن احساس ناراحتي مي كند، زيرا نمي تواني يك ارباب مطلق باشي.
چيزهاي زنده هميشه وجود دارند ، غيرقابل پيش بيني.
با يك چيز زنده، آينده را نمي توان تثبيت كرد، و تو نمي داني كه كجا خواهد رفت، به كجا هدايت خواهد كرد. با چيز مرده، همه چيز قطعي و تثبيت شده است. تو راحت هستي. نگرانش نيستي، يقين داري.
همه چيز را قطعي كردن، نياز عميق ذهن است، زيرا ذهن از زندگي مي ترسد.
ذهن علم را ايجاد مي كند، فقط براي اينكه هرگونه امكان زندگي را بكشد.
ذهن مي كوشد تا توضيحاتي پيدا كند ، وقتي كه توضيحي پيدا شد، آن راز ازبين رفته است.
يك چرا مي پرسي و پاسخش داده مي شود ، آنوقت ذهن راحت مي شود.
از اين چه به دست آورده اي؟ هيچ چيزي به دست نياورده اي، چيزي از دست داده اي ،_ رازي از دست رفته است.
راز تو را ناراحت مي كند، زيرا چيزي از تو بزرگتر است، چيزي است كه نمي تواني دستكاري اش كني، چيزي است كه همچون يك شيئ نمي تواني از آن استفاده كني‘ چيزي است كه تو را فرا مي گيرد، برتو چيره است‘ چيزي است كه در برابرش عريان و ناتواني ، چيزي است كه تو فقط دربرابرش محو مي شوي.

راز به تو احساسي از مردن مي دهد؛ براي همين است كه اينهمه چرا پرسيده مي شود: چرا اين؟ چرا آن؟

اين نخستين چيزي است كه بايد به خاطر سپرده شود.

ولي فكر نكن كه من از پاسخ دادن به تو پرهيز مي كنم. از آن پرهيز نمي كنم. چيزي در مورد ذهن به تو مي گويم ، كه چرا مي پرسد. و اگر بتواني آن احساس رازگونگي را حفظ كني، پاسخت را خواهم داد.

اگر آن احساس رازآلودگي حفظ شود، آنوقت پاسخ دادن خطرناك نيست، مي تواند مفيد باشد. آنوقت هر پاسخي تو را به رازي عميق تر هدايت مي كند.

آنوقت همه چيز از نظر كيفي متفاوت مي شود. آنوقت مي پرسي، نه براي اينكه توضيحي به دست بياوري، آنوقت براي رسيدن به عمق بيشتري از اسرار سوال مي كني.

آنگاه اين كنجكاوي ذهني نيست، آنگاه يك طلب مي شود ، طلبي عميق در بودش.

تفاوت را مي بيني؟

اگر مشتاق توضيحات باشي آنوقت بد است و من آخرين كسي هستم كه آن را ارضا خواهم كرد ، زيرا آنوقت من دشمنت خواهم بود، آنوقت من چيزها را برايت مرده مي سازم.

دانشمندان الهيات حتي خداوند را نيز چيزي مرده ساخته اند ، آنان بسيار در موردش توضيح داده اند، پاسخ هاي بسياري در مورد خدا داده اند و براي همين است كه خداي آنان مرده است. انسان ها خدا را نكشته اند ، كشيشان او را كشته اند.

آنان چنان زياد درموردش توضيح داده اند كه هيچ رازي باقي نمانده است.

و اگر رازي در موردش نباشد، پس خدا چيست؟

اگر خدا فقط يك نظريه باشد كه در موردش بحث كني، فلسفه اي باشد كه بتواني تحليلش كني، باوري باشد كه بتواني قبول يا ردش كني، آنوقت تو بزرگتر هستي و اين خدا، فقط اثاثيه اي در ذهن تو است ، چيزي مرده است.

هروقت با شما صحبت مي كنم، هميشه اين را به ياد داشته باشيد: هرچه كه مي گويم براي كشتن طلب شما نيست، براي دادن توضيحات به شما نيست. من علاقه اي به پاسخ دادن به شما ندارم. بلكه برعكس براي اين است كه شما را بيشتر طالب كنم تا عميقاً وارد رازها شويد. پاسخ هاي من پرسش هاي عميق تري به شما خواهد داد، و لحظه اي فراخواهد رسيد كه تمام پرسش ها دورانداخته مي شوند. نه اينكه شما تمام پاسخ ها را دريافت كرده باشيد، بلكه به اين دليل كه هر پاسخي عبث است.

و آنگاه راز كامل است. آنوقت در همه جا اسرار است، در بيرون و در درون.

آنگاه تو بخشي از آن هستي. آنوقت در اسرار شناوري. آنوقت تو نيز موجودي رازآلوده مي شوي. و تنها آنوقت است كه درها گشوده مي شوند.

حالا مي گويم كه چرا با شما هستم و چرا شما اينجا با من هستيد.

نكته ي اول:

فقط در اينجا و در اين زمان نيست كه شما با من هستيد ، شما قبلاً نيز اينجا بوده ايد. زندگي بسيار به هم پيوسته است. زندگي جرياني رودخانه گونه است. ما آن را به گذشته، حال و آينده تقسيم مي كنيم. ولي اين تقسيم بندي فقط جنبه ي كاربردي دارد. زندگي تقسيم شده نيست. جريان زندگي در يك زمان واقع مي شود contemporaneous.

جريان رود *گنگ* در خود منبعش، رود *گنگ* كه از كوه هاي *هيماليا* جاري است، رود *گنگ* در دشت ها، رود *گنگ* كه به اقيانوس مي ريزد ، يكي است!

همه در يك زمان واقع مي شود. منبع و پايان، آغاز و انتها، دو چيز جدا ازهم نيستند ، جريان يكي است. گذشته و آينده ندارد، زمان حال جاودانه است.

اين نكته بايد عميقاً درك شود.

شما با من بوده ايد. شما با من هستيد. مسئله ي گذشته درميان نيست.

اگر بتوانيد ساكت باشيد، اگر بتوانيد ذهنتان را قدري كنار بگذاريد، اگر بتوانيد ابري سپيد شويد كه روي تپه ها شناور است، فكر نكنيد و فقط باشيد _ اين را احساس خواهيد كرد.

شما با من بوده ايد، با من هستيد و با من خواهيد بود. اين بودن با من، مسئله ي زمان نيست.

كسي از *مسيح* پرسيد: تو از *ابراهيم* مي گويي ، چگونه مي داني؟ زيرا فاصله ي زماني بسياري بين تو و *ابراهيم* وجود دارد ، _ هزاران سال."

و *مسيح* جمله اي بسيار اسرارآميز بيان كرد، اسرارآميزترين جمله اي كه بيان كرده.

او گفت: " پيش از اينكه *ابراهيم* باشد، من هستم."

پيش از اينكه *ابراهيم* باشد، من هستم......

زمان محو مي شود.

زندگي زمان حال جاودانه است. ما هميشه در اينك و اينجا بوده ايم ، هميشه و هميشه.

با شكل ها و قيافه هاي متفاوت البته، در موقعيت هاي متفاوت ، ولي هميشه و هميشه بوده ايم.

فردها افسانه اي بيش نيستند. زندگي تقسيم شده نيست. ما همچون جزيره هايي نيستيم، ما يكي هستيم.

این وحدت باید احساس شود.

و زماني كه این وحدت را احساس كردي، زمان ازبین مي رود، مكان بي معني مي شود.

ناگهان از زمان و مكان هردو بیرون مي آیي. آنوقت وجود داري ، فقط هستي.

شخصي از *بودا* پرسید: تو كیستي؟

و *بودا* گفت: "من به هیچ رده اي وابسته نیستم. من فقط هستم. من هستم، ولي به هیچ رده اي تعلق ندارم."

هم اكنون مي تواني آن لمحه را داشته باشي.

اگر فكر نكني، پس كیستي؟

زمان كجاست؟ آیا هیچ گذشته اي وجود دارد؟ آیا آنوقت هیچ آینده اي وجود دارد؟

آنوقت *این* لحظه همان جاودانگي مي شود. تمامي روند زمان، فقط یك زمان حال گسترده است. تمام مكان فقط یك اینجاي گسترده است.

پس وقتي كه مي پرسي من چرا اینجا هستم یا شما چرا اینجا هستید، به این دلیل است كه این تنها راه بودن است. من نمي توانم جاي دیگري باشم. شما نمي توانید جاي دیگري باشید. اینگونه است كه ما به یكدیگر وصل شده ایم.

شاید حالا قادر به دیدن این نباشي. آن حلقه هاي اتصال شاید برایت خیلي آشكار نباشند، زیرا تو وجودت را در تمامیتش نمي شناسي. یك دهم از وجودت برایت شناخته شده است، نه دهم فقط در تاریكي است.

شما همچون جنگل هایي هستید كه خیلي كم فضاي باز دارید. درختاني قطع شده اند و فضاي اندكي براي زندگي درست شده است.

ولي درست در وراي این فضاي كوچك، آن جنگل تاریك وجود دارد. شما مرزهاي آن را نمي شناسید. و شما چنان از تاریكي و حیوانات وحشي مي ترسید كه هرگز آن فضاي صاف را ترك نمي كنید. ولي آن فضاي صاف نیز فقط بخشي از این جنگل تاریك است ، _ شما فقط بخشي از وجودتان را مي شناسید.

من شما را همچون تاریكي تمام مي بینم، تمامي جنگلتان را مي بینم. و زماني كه یك فرد را در تمامیتش ببینم، تمام افراد در آن درگیر هستند، زیرا آن جنگل جدا نیست.

در آن تاریكي، مرزها باهم ملاقات مي كنند، درهم مي آمیزند و یگانه مي گردند.

شما اینجا هستید. اگر من به یك فرد زیادي توجه كنم، آنوقت خودم را تمركز مي دهم. ولي بااین وجود، حتي با تمركز داشتن، پیوسته مرزهاي تو را مي بینم كه با دیگري درهم

مي آميزد. بنابراين براي منظوري خاص شايد من تو را همچون يك فرد بگيرم، ولي در واقعيت چنين نيست.

وقتي كه تمركز نكرده ام، فقط به شما نگاه مي كنم، بدون اينكه تو را ببينم ، تنها يك نگاه، آنوقت تو ديگر وجود نداري. مرزهاي تو با بقيه ديدار مي كند. و نه تنها با انسان هاي ديگر، با درختان، با كوه ها، با آسمان... همه چيز. مرزها افسانه هستند، بنابراين فردها افسانه هستند.

من اينجايم زيرا كه نمي توانم جاي ديگري باشم. زندگي چنين اتفاق افتاده است.

شما اينجا هستيد، زيرا نمي توانيد جاي ديگري باشيد. زندگي براي شما چنين روي داده است.

ولي پذيرش اين دشوار است.

چرا پذيرش اين مشكل است؟ زيرا آنوقت نمي تواني بر آن چيره شوي، آنوقت زندگي از تو بزرگتر مي شود.اگر به تو بگويم كه چون سالكي بزرگ هستي در اينجايي، آنوقت راحت مي شوي. آنوقت نفس ارضا مي شود.

آنوقت اگر انتخاب كني، مي تواني بروي. آنوقت تو انتخابگر هستي.

آنوقت تو زندگي را كنترل مي كني و نه زندگي تو را.

ولي من اين را نمي گويم، من مي گويم كه تو اينجايي زيرا كه زندگي چنين روي داده است.

تو نمي توانستي انتخابي بكني ، اين انتخاب تو نيست. حتي اگر هم اينجا را ترك كني، انتخاب خودت نخواهد بود. بازهم، زندگي چنين خواسته است. اگر انتخاب كني كه بماني، آن نيز يك انتخاب نيست.

انتخاب ممكن نيست. انتخاب فقط با نفس ممكن است.

هرگاه نفس خوراك پيدا نكند، احساس ناراحتي و عدم رضايت مي كني.

بنابراين براي راحت بودن دو راه وجود دارد:

يكي اين است كه به خوراك دادن به نفس ادامه بدهي و ديگر اينكه فقط آن را دور بيندازي.

و به ياد بسپار: راه اول موقتي است.

هرچه بيشتر به نفس خوراك بدهي، درخواست بيشتر مي كند و پاياني براي آن نيست.

پس به تو مي گويم: زندگي چنين پيش آورده است كه من اينجا باشم و شما اينجا باشيد.

و اين بارها در گذشته رخ داده است و به همين ترتيب ادامه خواهد داشت.

اگر بتواني اين را تشخيص دهي، چيزهاي بسيار بيشتري بي درنگ ممكن خواهد شد.

اگر اين را تشخيص دهي، بيشتر باز و كمتر بسته خواهي بود. بيشتر آسيب پذير و پذيرا خواهي بود.

آنوقت نخواهي ترسيد. آنوقت زندگي مي تواند از ميان تو عبور كند. آنگاه زندگي فقط يك نسيم مي شود و تو يك اتاق خالي، و زندگي مي آيد و مي رود... و تو به آن اجازه مي دهي. اجازه دادن به زندگي آن راز است ، راز تمام رازها.

بنابراين من تاكيد مي كنم و اصرار مي كنم كه شما به سبب انتخاب خودتان اينجا نيستيد. من به دليل انتخاب خودم اينجا نيستم. تاجايي كه به من مربوط است، هيچ انتخابي نمي تواند وجود داشته باشد، زيرا من وجود ندارم.

تاجايي كه به شما مربوط است، مي توانيد دراين توهم به سر ببريد كه به سبب انتخاب خودتان اينجا هستيد، ولي واقعيت اين نيست.

و من به نفس هاي شما خوراك نخواهم داد، زيرا كه آن ها بايد نابود شوند.

تمام تلاش من در اين است: چگونه شما را نابود كنم ، زيرا وقتي كه مرزهاي شما ازبين رفت، بي نهايت هستيد.

اين همين لحظه مي تواند رخ بدهد. مانعي برايش نيست، فقط چسبيدن هاي شما وجود دارد.

مردمان بسياري نزد من مي آيند و مي پرسند: آيا ما قبلاً با شما بوده ايم؟ اگر بگوييم آري، احساس خيلي خوبي مي كنند. اگر بگوييم نه، احساس وازدگي و افسردگي مي كنند. چرا؟

ما در افسانه ها زندگي مي كنيم.

تو با من در اينجا هستي ، اين زياد اهميتي ندارد، تو با من در گذشته بوده اي ،_ به نظر مي رسد كه اين اهميت بيشتري دارد!

و تو اين لحظه را از دست مي دهي، وقتي كه مي تواني *واقعاً* با من باشي ،_ زيرا با من بودن يك پديده ي فيزيكي نيست. مي تواني در كنار من نشسته باشي و با من نباشي. مي تواني سال ها به من بچسبي و حتي ثانيه اي با من نباشي.

زيرا با من بودن فقط يعني كه تو نباشي. من وجود ندارم، و اگر تو نيز براي يك ثانيه وجود نداشته باشي، يك ملاقات وجود خواهد داشت ، آنگاه دو تهيا باهم ديدار مي كنند. به ياد بسپار: فقط دو تهيا مي توانند باهم ديدار كنند. ديدار ديگري ممكن نيست.

هرگاه ديداري داري، يعني كه دو تهيا باهم مي آميزند.

نفس بسيار جامد است ، براي درهم آميختن بسيار زمخت است.

پس مي توانيد تقلا كنيد و برخورد كنيد، ولي نمي توانيد ديدار كنيد.

شايد فكر كني كه برخورد دو نفس يك ديدار باشد. نوعي ديدار است و كنار همديگر مي آييد، ولي هرگز باهم نيستيد. ملاقات مي كنيد و بااين وجود ملاقاتي وجود ندارد.

همديگر را لمس مي كنيد و بااين وجود لمس نشده باقي مي مانيد.

تهياي درونتان يك سرزمين دست نخورده باقي مي ماند ، به آن نفوذ نشده است.

ولي وقتي نفس وجود نداشته باشد، وقتي كه زياد احساس "من بودن" نكني، وقتي ابداً درمورد خودت فكر نكني، وقتي كه خود وجود نداشته باشد...

اين چيزي است كه *بودا* آن را *آناتا* anatta مي خواند ،_ بي نفسيno-selfness .

او خيلي مورد سوءتفاهم بوده است.

در هندوستان مردم در مورد *آتما* atma سخن مي گفتند ، خود، خود متعال the supreme self. همه در جست و جوي خود متعال بودند ، چگونه به آن خود متعالي دست بيابند. و آنوقت *بودا* مي آيد و مي گويد: خودي وجود ندارد كه به آن دست پيدا كني، درعوض، لطفاً يك بي خود no-selfشو.

تعاليم او نمي توانست مورد قبول باشد. *بودا* از اين سرزمين بيرون رانده شد. او را در هيچ كجا قبول نداشتند.

يك *بودا* هميشه رانده مي شود. هركجا كه برود، اخراج مي شود، زيرا او چنان شما را عميقاً مي زند كه نمي توانيد تحمل كنيد.

او مي گويد كه تو وجود نداري.

وقتي كه خالي هستي، وقتي كه فقط يك خلاء وجود دارد، آن ديدار صورت مي گيرد.

هركسي كه قادر به تهي بودن باشد، محو خواهد شد.

و اين تنها راه يگانه شدن با جهان هستي است.

مي تواني آن را عشق بخواني، مي تواني آن را نيايش بخواني، مي تواني آن را مراقبه بخواني ، يا هر نامي كه دوست داري.

تو اينجا هستي زيرا كه زندگي چنين جريان داشته است. من اينجا هستم زيرا كه براي من زندگي چنين روي داده است.

و اين امكان نزديك بودن شما با من مي تواند مورد استفاده قرار بگيرد و مي تواند مورد سوء استفاده قرار بگيرد و مي تواند به كلي از كف برود.

اگر فرصت را از دست بدهي، اين نيز براي نخستين بار نخواهد بود. شما بارها بامن بوده ايد ، شايد دقيقاً با من نبوده باشد. شما بارها با يك *بودا* بوده ايد و آن نيز با من بودن است.

شما بارها با يك *جينا* *Jina* ، با يك *ماهاوير* *Mahavir* بوده ايد و آن نيز بامن بودن است.

شما بارها در اطراف *مسيح* يا *موسي* يا *لائوتزو* بوده ايد، آن بودن با من است.

زيرا يك *لائوتزو* يا يك *بودا* را نمي توانيد به هيچ وجه تعريف كنيد، آن ها دو تهيا هستند، و دو تهيا هيچ كيفيتي ندارند كه باهم تفاوت داشته باشند.

شايد با يك *لائوتزو* بوده باشيد و من مي گويم كه با من بوده ايد، زيرا هيچ چيزي وجود ندارد كه بتوانيد تمايز بدهي.

يك *لائوتزو* يك تهياست، دوتهيا درست همانند هم هستند ، نمي تواني هيچ تمايزي قايل شوي. ولي شما آن فرصت از دست داده بوديد. شما بارها از دست داده بودي ، مي توانيد بارديگر ازدست بدهيد.

و به ياد داشته باش: شما عاقل هستيد، زرنگ وحسابگر هستيد. حتي اگر ازدست بدهيد، خيلي عاقلانه ازدست مي دهيد. آن را توجيه مي كنيد.

خواهيد گفت كه چيزي براي به دست آوردن وجود نداشت، دليلش اين بود!

يا مي تواني بحث كني كه چگونه از دست دادي و مي داني چگونه حقيقت را پنهان كني.

اگر از اين امكان ازدست دادن هشيار شوي، آنوقت آن ديدار بي درنگ ممكن خواهد شد.

و مي گويم *بي درنگ* ، نيازي به تعويق انداختنش نيست.

و اين مهم است، كه زندگي چنين رخ داده كه شما اينجا باشيد.

ميليون ها نفر در جاهاي ديگر هستند و زندگي برايشان چنين نخواسته است.

شما خوشبخت هستيد، ولي از اين نكته براي نفست خوراك تهيه نكن ،_ زيرا اگر نفست چيزي از آن بگيرد و قوي تر شود، آن خوش اقبالي را از دست خواهي داد. شما خوشبخت هستيد، ولي اين يك امكان باز باقي مي ماند. مي توانيد در آن رشد كنيد، مي توانيد رهايش كنيد. و اين بسيار نادر است ، به دلايل بسيار نادر است.

نخست: جذب شدن به سمت شخصي كه خالي است بسيار دشوار است ، خيلي دشوار است زيرا خالي بودن چنان نيروي مغناطيسي زيادي نيست. به سمت كسي جذب مي شوي كه چيزي داشته باشد.

چرا ما جذب كسي مي شويم كه چيزي داشته باشد؟ زيرا ما اميالي داريم، ما نيز مي خواهيم چيزهايي به دست آوريم.

تو به سمت آن سياست باز جذب مي شوي كه در قدرت است، زيرا تو قدرت-گرا هستي و خواهان قدرتي. پس هركس كه آن را داشته باشد، بت مي شود، قهرمان مي شود. به سمت كسي جذب مي شوي كه ثروت هاي بسيار دارد، زيرا تو فقيري، در ژرفاي درون مشتاق و درپي ثروت هستي. بنابراين هركس كه آن را داشته باشد، آرمان تو مي شود.

ولي چرا كسي بايد جذب فردي شود كه هيچ چيز ندارد؟

اين خوش اقبالي است، يك امكان نادر.

گاهي اوقات زندگي چنان رخ مي دهد كه جذب مردي شوي كه چيزي ندارد، كه خالي است.

تو چيزي از او به دست نخواهي آورد، بلكه با او همه چيز را بايد از دست بدهي.

اين يك قمار است. بنابراين، شما قمارباز هستيد ، براي اين است كه اينجاييد!

وتا وقتي كه تماماً قمار نكنيد، ازكف خواهيد داد، زيرا اين قماري است كه نمي تواند ناقص بازي شود. تكه ها مورد قبول نيستند. قانون بازي اينگونه نيست.

بنابراين چيزي را نگه نداريد، هرچيزي را كه داريد به ميان بياوريد.

اين قماري خطرناك و پرمخاطره است. براي همين است كه مي گويم نادر است.

فقط تعداد اندكي جذب يك *بودا* يا يك *مسيح* مي شوند، خيلي اندك.

مورد *مسيح* را مي دانيد ، بسيار اندك، فقط دوازده مريد. و مرداني بسيار معمولي: چند ماهيگير، هيزم شكن، كشاورز. فقط مردماني بسيار معمولي كه اهميت چنداني نداشتند.

چرا مردماني چنان معمولي جذب *بودا* يا *مسيح* شدند؟

معمولي بودن، كيفيتي بسيار غيرمعمولي است، زيرا كساني كه معمولي نيستند، دنبال هواهاي نفساني هستند ،ثروت، قدرت، شهرت.

يك كشاورز، يك ماهيگير، يك هيزم شكن ، مردمان بي اهميت، مطلقاً معمولي كه در پي هيچ دستاوردي نيستند ، آنان جذب *مسيح* مي شوند.

معمولي بودن، پديده اي نادر است، عادي بودن واقعاً خارق العاده است. مرشدان *ذن* پيوسته مي گفتند: عادي باش تا خارق العاده شوي. زيرا هر موجود معمولي مي كوشد تا غيرمعمولي باشد ،_ اين چيزي بسيار معمولي است. فقط معمولي بمان. اين يعني كه دنبال هيچ چيز نگرد، درپي هيچ دستاوردي نباش، واقعاً هدف گرا نباش. فقط لحظه به لحظه زندگي كن، گردش كن.

اين همان چيزي است كه من به شما مي گفتم ، پرسه زدن همچون ابري سپيد.

بودن شما در اينجا به دلايل ديگر نيز هست. زيرا ذهن انسان هميشه از مرگ مي هراسد.

ذهن به زندگي مي چسبد، شهوتي براي زندگي دارد.

حتي در مصيبت نيز به زندگي مي چسبد.... ترسي عميق از مرگ.

و زماني كه شخصي نزد من مي آيد، واقعاً مي آيد كه بميرد، براي محو شدن مي آيد.

من براي او يك چاه هستم، چاهي بي انتها كه او درونش سقوط مي كند و سقوط مي كند وسقوط مي كند، و به جايي نمي رسد....!

اگر به درون من بنگري، احساس سرگيجه خواهي كرد. اگر به چشمانم خيره شوي، آن چاه را خواهي ديد، و آنگاه ترس تو را دربر مي گيرد ، و سقوط و سقوط.... فقط فكر كن كه برگي به درون چاهي عميق فرو مي افتد ، و اين چاهي بي نهايت است و ته ندارد و آن برگ نمي تواند به جايي برسد ،_ فقط مي تواند ازبين برود، سقوط و سقوط و سقوط.... و ناپديد خواهد شد. سفر روحاني شروعي دارد، ولي هرگز پاياني ندارد.

نزد من مي آيي، به درون من سقوط مي كني ،از بين مي روي، هرگز به جايي نمي رسي. ولي آن ازبين رفتن، همان مشعوف شدن the delight است. هيچ خوشي ديگري هرگز به پاي آن نمي رسد، هيچ شعف ديگري وجود ندارد.

شعف محوشدن *تمام*! درست مانند قطره ي شبنم بامدادي كه با طلوع خورشيد محو مي شود. يا درست مانند چراغ سفاليني كه در شب روشن است و باد مي آيد و شعله خاموش مي شود و تاريكي...

آن شعله ازبين رفته و نمي تواني آن را درهيچ كجا پيدا كني ، همينطور نيز تو محو مي شوي . جوياي خودكشي بودن نادر است: اين خودكشي است ، خودكشي واقعي!

مي تواني بدن را در جايي بكشي، ولي خود را نمي تواني در هركجا بكشي.

دراينجا براي خودكشي نهايي آماده هستي ، براي كشتن "خود"! ولي تمام اين ها را براي خودت توضيحات نكن، چنين نيستند. من هميشه با توضيحات مخالفم. اگر تمام اين ها تو را رازآلوده تر كند، اگر تمام اين ها ابهام تو را افزايش دهد: تا اينجاي كار خوب بوده است. اگر ذهنت دود مي شود و نمي داني كه چي به چي است، اين بهترين موقعيت است.

# هرجا باد تو را هدايت كند

*پرسش دوم*

*اشو جان، همچون تمام ابرها، ابرهاي سپيد توسط باد جهت داده مي شوند.*

*جهت فعلي باد چيست؟*

*آيا در اين عصرحاضر نيروهاي بالقوه ي ويژه اي وجود دارند؟*

ابرهاي سپيد توسط باد جهت نمي گيرند. پديده ي جهت دادن فقط وقتي وجود دارد كه مقاومت وجود داشته باشد.

اگر ابرسپيد بخواهد به شرق برود و باد به غرب بوزد، جهت دادن آنوقت وجود دارد ، زيرا مقاومت وجود دارد. ولي اگر آن ابر به جايي نرود و شرق و غرب برايش يكي باشد، مقاومتي وجود ندارد.

اگر از سوي ابر اراده اي وجود نداشته باشد، آنگاه باد نمي تواند به آن جهت بدهد.

فقط وقتي مي تواني جهت بدهي كه كسي آماده نيست تا شناور باشد، آسوده و رها باشد.

ولي پديده ي ابر يعني خود رها بودن.

اگر باد بگويد شرق، ابر آماده است، پيشاپيش به سمت شرق حركت كرده است. حتي يك ثانيه نيز فكر نمي كند. نه، حتي براي يك ثانيه نيز انكاري وجود ندارد.

اگر آن ابر به غرب مي رفت و باد شروع كند به وزيدن به شرق، ابر به شرق مي رود.

باد جهت دهنده نيست. جهت دادن فقط وقتي مورد نياز است كه مقاومت و مخالفت وجود داشته باشد.

مردم نزد من مي آيند و مي گويند: به ما جهت بده.

و من مي دانم كه چه مي گويند: ما را هدايت كن. و من مي دانم كه چه مي گويند ،_ آنان آماده نيستند. وگرنه، چه نيازي به جهت دادن و هدايت كردن است؟

همينكه با من در اينجا هستيد كافي است، و همه چيز اتفاق خواهد افتاد ، باد به شرق مي وزد و شما به جهت شرق شناور مي شويد. ولي تو مي گويي: هدايت كن. مي گويي: جهت بده.

مي گويي كه مخالف هستي. آن انكار را داري. آن ردكردن را داري.

خواهي جنگيد. اين يك نكته.

و اگر از سوي ابر اراده اي وجود نداشته باشد، چگونه مي تواني تمايز قايل شوي؟ ،

که ابر کدام است و باد کدام است؟ مرز این دو را اراده ي ابر تعیین مي کند.

این را به یاد بسپار: این باید اساس بینش شما شود:

مرز بین شما و من فقط در اراده ي شما وجود دارد. تو آنجایي و توسط اراده احاطه شده اي. آنگاه من مي آیم و سپس تضاد وجود دارد.

يك ابر اراده اي ندارد. پس آن مرز در كجاست؟ ابر كجا پايان مي گيرد و باد كجا آغاز مي شود؟ ابر و باد يكي هستند. ابر بخشي از باد است و باد بخشي از ابر است. آن پديده يكي است، تقسيم نشده است. و باد به تمام جهت ها مي وزد. بنابراين مسئله انتخاب كردن جهت نيست، مسئله چگونه ابرشدن است.

باد به وزيدن در تمام جهت ها ادامه مي دهد. باد حركت مي كند، تغيير مي كند. هميشه از اين گوشه به آن گوشه مي دود. درواقع، جهتي وجود ندارد. نقشه اي وجود ندارد، تمامش ناپيموده است. كسي آن را هدايت نمي كند

و نمي گويد كه حالا به شرق برو و حالا به غرب برو. تمام جهان هستي آن را مواج مي سازد. باد وجودي مواج است، تمامي جهت ها به آن تعلق دارد.

و وقتي كه مي گويم تمام جهت ها، منظورم خوب و بد است. وقتي مي گويم تمام جهت ها، منظورم *تمام* است.

هميشه چنين بوده است. پس به ياد داشته باش:

هيچ عصري به ويژه عصري مذهبي نبوده است و هيچ عصري هم عصر غيرمذهبي نبوده است ، نمي تواند باشد. مردم چنين مي پندارند، زيرا اين نيز نفسشان را راضي مي كند. در هند مردم فكر مي كنند كه در روزگار قديم، در ايام باستاني، يك عصر مذهبي روي زمين وجود داشته است ، اينك همه چيز فاسد شده و عصر تاريكي است. تمامش بي معني است. هيچ عصري مذهبي نيست و هيچ زمانه اي غيرمذهبي نيست.

مذهبي بودن ربطي به زمان ندارد، به كيفيت ذهن مربوط است.

پس مسئله اين نيست كه اگر ابر به شرق برود ، آنوقت مذهبي خواهد بود.

و يا اگر به غرب برود، غيرمذهبي خواهد بود. نه.

اگر ابر اراده اي نداشته باشد، آن ابر مذهبي است، به *هركجا* كه برود.

و اگر ابر اراده اي داشته باشد، هركجا كه برود، غيرمذهبي است.

و هر دو نوع ابر وجود دارند ، تعداد بسيار اندكي بدون اراده هستند.

ميليون ها ابر وجود دارند كه اراده ها و فرافكني هاي خودشان را دارند. آنان با باد خواهند جنگيد. هرچه بيشتر بجنگند، تشويش بيشتري خواهند آفريد. و جنگيدن به جايي نخواهد رسيد، زيرا هيچ كاري نمي توان كرد. چه بجنگي و چه نجنگي، باد به شرق خواهد رفت و تو بايد به شرق بروي.

فقط مي تواني مفهومي را با خودت حمل كني كه جنگيده اي و يك جنگجوي بزرگ هستي. همين.

ولي كسي كه درك كند، از جنگيدن دست برمي دارد. او حتي تلاش نمي كند كه شنا كند، او فقط با سيل جاري مي شود. او از همين جريان، همچون يك وسيله ي نقليه استفاده مي كند، با آن يكي مي شود و همراهش حركت مي كند.

من اين را تسليم مي خوانم و متون مذهبي باستاني اين را رفتار يك مخلص devotee مي خوانند. وقتي كه تسليم شوي، وجود نداري. اينك هركجا كه باد بوزد، خواهي رفت. هيچ اراده اي از خودت نداري.

و هميشه چنين بوده است.

در گذشته بوداهايي بوده اند، ابرهاي سپيد شناور' در زمان حاضر نيز بوداهايي هستند كه همچون ابرهاي سپيد شناوراند. در گذشته ابرهاي ابرهاي تاريك ديوانه بوده اند: سرشار از اراده، خواسته و آينده. امروزه نيز وجود دارند.

با اراده و خواسته، تو يك ابر تيره اي ، سنگين.

بدون اراده، بدون خواسته، ابري سپيدي ، بي وزن.

و امكان هردو هميشه باز بوده است. بستگي به تو دارد كه به كدام اجازه بدهي.

و به زمان و عصر فكر نكن. زمان و عصر بي تفاوت هستند. آن ها هيچ كس را وادار نمي كنند كه يك *بودا* شود.

آنان مانع كسي نمي شوند كه يك *بودا* شود. اين دو فقط بي تفاوت هستند.

به خودت اجازه بده تا خالي شوي ، و همين زمانه، عصر طلايي است.

به خودت اجازه بده تا پر از اميال و خواسته شوي ، و هم اينك تاريك ترين زمانه ممكن است ، *كالي يوگا kali yuga*. اين تويي كه زمانه و عصر خودت را در اطرافت مي سازي. تو در عصر و زمانه ي خودت زندگي مي كني.

و به ياد بسپار: ما به اين ترتيب، معاصر همديگر نيستيم. شخصي همچون مسيح يك تصادف است! شايد او درست همينجا باشد، ولي يك تصادف است.

او بسيار جاودانه زندگي مي كند ، _ نمي تواني او را معاصر بخواني.

او چنان با تماميت زندگي مي كند كه نمي تواني بگويي او به بخشي از زمان تعلق دارد.
او بخشي از آن دنياي مدها fashions نيست كه بيايد و برود.
در زندگي كردن با مطلق، تو مطلق مي شوي.
در زندگي كردن با جاودانه، جاودان مي گردي.
در زندگي كردن با بي زمان، بي زمان مي شوي.
ولي اين پرسش هنوز جنبه اي ديگر نيز دارد. مردم در تمام دنيا احساس مي كنند كه يك عصر مشخص، يك زمان خاص، يك حال و هواي معين، يك اوج در حال نزديك شدن است ، چيزي منفجر خواهد شد، گويي به نقطه ي مشخصي در تكامل انساني نزديك شده ايم.
ولي من مايلم به شما بگويم كه اين هم باز يك سفرنفساني براي اين عصر است. هر عصري چنين مي پندارد: "چيزي در اين زمانه ي *ما* رخ خواهد داد؛ ما اينجا هستيم و چيزي مخصوص در دوران ما روي زمين رخ خواهد داد." هميشه چنين بوده است!
آورده شده است كه وقتي آدم و حوا از باغ بهشت رانده شدند، همانطور كه از دروازه مي گذشتند، آدم به حوا گفت: "ما از بزرگترين تحول تاريخي گذر مي كنيم!"
نخستين انساني كه مي گويد و فكر مي كند: "بزرگترين تحول تاريخي...!"
و سپس هر زمانه اي مي پندارد كه اوضاع به اوج خود رسيده است و به نقطه ي پاياني و انتهايي خود رسيده است كه در آن همه چيز منفجر شده و چيزي تازه زاده خواهد شد!
ولي اين ها فقط اميد هستند، خواهش هاي نفساني هستند و معناي زيادي ندارند.
شما چند سالي اينجا خواهيد بود و سپس ديگران اينجا خواهند بود و همينطور فكر خواهند كرد.
آن اوج رسيده شده است ، نه با زمانه، بلكه با وجود هر فرد.
آن اوج دست يافته شده، ولي هميشه با خودآگاهي به آن دست يافته شده، نه با ناخودآگاه جمعي.
*تو* مي تواني يك موجود مذهبي شوي. و زمان مناسب است. و خيلي به ديگران فكر نكن، زيرا اين مي تواند فقط يك گريز از خويشتن باشد. به عصر و زمانه و به بشريت فكر نكن ، زيرا ذهن بسيار حيله گر است، ذهن انسان بسيار حيله گر است، نمي دانيد...
نامه اي از يك دوست مي خواندم و مي گويد كه او از تمام روابط عاشقانه اش بسيار ناكام شده است: هرگاه كه عاشق شده، چنان مصيبتي بوده كه او از عشق ورزيدن به افراد دست برداشته و شروع كرده به عشق ورزيدن به كل بشريت!

حالا، عاشق تمام بشريت شدن كاري بسيار آسان است و كساني كه قادر به عشق ورزي نيستند، هميشه عاشق تمام بشريت هستند!

مشكلي در اين نيست. عشق ورزيدن به يك فرد بسيار بسيار دشوار است، مي تواند خودش يك جهنم باشد. مي تواند يك جهنم باشد، زيرا كه مي تواند يك بهشت شود.

ما به پرهيزكردن ادامه مي دهيم. مردم شروع مي كنند به فكركردن درمورد ديگران فقط براي اينكه از فكركردن در مورد خودشان پرهيز كنند.

آنان در مورد عصر و زمانه و سيارات و اينكه بر سر آگاهي انسان چه خواهد آمد فكر مي كنند، فقط براي اينكه از رويارويي با مشكل اساسي پرهيز كنند: چه بر سر آگاهي من خواهد آمد؟

هدف بايد آگاهي خودت باشد.

و هر زماني خوب است، تمام زمان ها برايش خوب هستند.

# رنجور بودن يا مشعوف بودن....؟

***صبح سوم***

***12 مي 1974***

## *پرسش نخست*

*اشو جان، روزي داستاني در مورد مردي به ما گفتيد كه بيش از صد سال عمر كرده بود.*
*يك روز در روز تولدش از او پرسيده شد كه چرا او هميشه خوشحال است.*
*او پاسخ داد: هر روز صبح كه بيدار مي شوم، اين انتخاب را دارم كه شاد باشم يا ناشاد،*
*و من انتخاب مي كنم كه شاد باشم.*
*چطور است كه ما معمولاً انتخاب مي كنيم ناشاد باشيم؟*
*چطور است كه ما اين انتخاب را احساس نمي كنيم؟*

اين يكي از پيچيده ترين مشكلات انساني است. اين را بايد عميقاً مورد بررسي قرار داد.
و اين يك فرضيه نيست ، در مورد شماست. همه اينگونه رفتار مي كنند ، هميشه اشتباه را انتخاب مي كنند، هميشه غم ، افسردگي و رنجور بودن را برمي گزينند.
بايد دلايل عميقي براي اين وجود داشته باشد ، و وجود دارند.
نكته ي اول: روشي كه انسان ها بزرگ مي شوند، نقشي بسيار قطعي در اين دارد.
اگر ناشاد باشي، هميشه چيزي از آن به دست مي آوري، هميشه چيزي كسب مي كني.
اگر شاد باشي، چيزي از دست مي دهي.
از همان ابتدا، يك كودك هشيار اين تمايز را احساس مي كند: هروقت كه ناشاد است، همه به او همدردي نشان مي دهند، او همدردي كسب مي كند.
همه سعي مي كنند به او مهرباني كنند، او عشق را كسب مي كند. و حتي بيش از اين، هروقت ناشاد است، همه به او توجه نشان مي دهند، او توجه كسب مي كند.
و توجه همچون خوراكي براي نفس است. يك محرك بسيار الكلي. به تو انرژي مي دهد، احساس مي كني كسي هستي.
به همين دليل است كه چنان نياز و چنان تمايلي براي كسب توجه وجود دارد.

اگر همه به تو نگاه كنند، تو مهم مي شوي. اگر كسي به تو نگاه نكند،، احساس مي كني كه وجود نداري، ديگر نيستي و يك ناموجود هستي.

وقتي مردم به تو نگاه كنند و با تو مهربان باشند، انرژي كسب مي كني.

نفس در رابطه وجود دارد. هرچه مردم بيشتري به تو توجه كنند، نفس بيشتري كسب مي كني. اگر كسي به تو نگاه نكند، نفس ازبين مي رود.

اگر همه كاملاً تو را ازياد ببرند، نفس چگونه وجود داشته باشد؟ چگونه احساس مي كني كه وجود داري؟

براي همين است كه به جوامع، انجمن ها و باشگاه ها نياز است. باشگاه ها در سراسر دنيا وجود دارند ، *روتاري*، *لاينز*، *لژ* هاي *ميسوني* ، ميليون ها باشگاه و انجمن وجود دارند. اين باشگاه ها و انجمن ها فقط براي اين وجود دارند كه به مردمي توجه بدهند كه نمي توانند از راه هاي ديگر توجه بگيرند.

رييس جمهور شدن يك كشور كار دشواري است. مدير عامل شدن يك شركت بزرگ كاري دشوار است. رييس باشگاه*لاينز* شدن آسان تر است. شخص بسيار مهمي هستي ،هيچ كاري نمي كني! اين باشگاه ها هيچ كاري نمي كنند، ولي بااين وجود احساس مي كنند كه خيلي مهم هستند. و رييس اين باشگاه ها مدام تغيير مي كند: امسال اين و سال ديگر آن. و همه توجه كسب مي كنند! اين يك معامله ي دوجانبه است و همه احساس مهم بودن مي كنند.

كودك از همان ابتدا سياست بازي را فرا مي گيرد. سياست اين است: رنجور به نظر بيا ،آنوقت همدردي كسب مي كني، آنوقت همه به تو توجه مي كنند. بيمار به نظر برس ، مهم خواهي شد.

و يك كودك بيمار، مستبد مي شود: تمام خانواده بايد از او اطاعت كنند ، هرچه بگويد قانون است. وقتي كه شاد است كسي به او گوش نمي دهد. وقتي كه سالم است كسي از او مراقبت نمي كند. وقتي كه سرحال است كسي به او توجهي ندارد.

ما از همان ابتدا انتخاب مي كنيم كه رنجور باشيم، غمگين و بدبين باشيم و طرف سياه زندگي را انتخاب كنيم.

اين يك چيز.

و دوم، كه با اولي در ارتباط است: هروقت خوشحالي، هرگاه شادماني،هرگاه مسرور و مشعوف هستي، همه به تو حسادت مي ورزند. حسادت يعني كه همه با تو مخالفت مي كنند، هيچكس در آن لحظه با تو دوستي نمي كند، همه دشمنت هستند.

بنابراين تو آموخته اي كه زياد مشعوف نباشي تا كسي با تو دشمني نكند ، سرورت را نشان نمي دهي، نمي خندي.

به مردم وقتي كه مي خندند نگاه كن: بسيار حسابگرانه مي خندند. خنده اي از ته دل نيست، از عمق وجودشان نمي خندند.

اول به تو نگاه مي كنند، سپس قضاوت مي كنند و تصميم مي گيرند و آنگاه مي خندند. و تا يك حد مشخصي مي خندند ، تا حدي كه بتواني تحمل كني، تا حدي كه مناسب باشد، تا حدي كه كسي حسادت نكند.

حتي لبخندهاي ما نيز سياسي هستند. و خنده ازبين رفته است، سرور مطلقاً ناشناخته شده است، و مشعوف بودن تقريباً ناممكن شده، زيرا به آن اجازه داده نمي شود.

اگر رنجور باشي هيچكس فكر نمي كند كه تو ديوانه اي. اگر مسرور ومشعوف باشي و برقصي، همه فكر مي كنند كه ديوانه اي. رقصيدن مردود است، آواز خواندن مورد قبول نيست.

اگر انسان مسروري را ببينيم، فكر مي كنيم كه اشكالي برايش پيش آمده است.

اين چه جور جامعه اي است؟ اگر كسي رنجور باشد، همه چيز درست است، او سازگار است، زيرا تمام جامعه رنجور است، كم يا بيش. او عضوي از اين جامعه است، به ما تعلق دارد. اگر كسي مسرور شود، فكر مي كنيم كه خل و ديوانه شده است!

او به ما تعلق ندارد ، و ما احساس حسادت مي كنيم. به دليل حسادت، او را محكوم مي كنيم. به دليل حسادت به هرترتيبي كه شده سعي داريم او را به حالت قديمش بازگردانيم.

و ما آن حالت قديم را "طبيعي بودن" مي خوانيم!

روانكاوها كمك خواهند كرد، تحليل گران رواني كمك خواهند كرد تا اين انسان را به حالت رنجوربودن طبيعي بازگردانند!

در غرب، تمام جامعه با مواد روانگردان psychedelics مخالف مي كند. قانون، حكومت، دولت، كارشناسان حقوقي، دادگاه هاي عالي، قضات، كشيشان ، پاپ ها ، همه مخالفت مي كنند. آنان واقعاً با مواد روانگردان مخالف نيستند ، با مردمي كه مسرور باشند مخالف هستند. آنان با الكل مخالفتي ندارند، با مواد مخدر مخالف نيستند، ولي با مواد روانگردان مخالفت مي كنند، زيرا اين مواد مي توانند در تو تغييري شيميايي اجاد كنند.

و آنگاه آن پوسته ي سخت قديم كه جامعه در اطراف تو آفريده، آن حصار رنج مي تواند گسسته شود، مي تواند يك تحول ايجاد شود. مي تواني از آن پوسته بيرون بيايي، حتي براي چند لحظه هم كه شده مسرور باشي.

جامعه نمي تواند سرور را مجاز بداند. سرور بزرگترين انقلاب است.

اگر مردم مسرور باشند، تمام جامعه مي بايد تغيير كند ، زيرا اين جامعه بر اساس رنج بنا شده است. اگر مردم مسرور باشند، نمي تواني آنان را به جنگ هدايت كني ، به ويتنام، يا به مصر يا به اسراييل. نه.

كسي كه مسرور است خواهد خنديد و مي گويد: اين بي معني است!

اگر مردم مسرور باشند، نمي تواني به آنان وسواس پول بدهي.

آنان زندگيشان را فقط براي انباشتن پول به هدر نخواهند داد.

به نظر آنان اين ديوانگي محض است كه شخصي تمام زندگيش را تباه كند تا زندگيش را با پول مرده تعويض كند، بميرد تا پول انباشته كند.

و پول آنجا خواهد بود و او مرده است. اين جنون مطلق است.

ولي تا زماني كه مسرور نباشي اين ديوانگي را نخواهي ديد.

اگر مردم مسرور باشند، آنگاه تمام الگوهاي اين جامعه بايد تغيير كند. اين جامعه براساس رنج بنا نهاده شده است. براي اين جامعه، رنج يك سرمايه گذاري عظيم است.

بنابراين ما از همان ابتدا كودكان را با اتكا به رنج بار مي آوريم.

براي همين است كه ما هميشه رنجوربودن را انتخاب مي كنيم.

هر روز صبح براي همه يك انتخاب وجود دارد.

و نه واقعاً هر صبح، بلكه هرلحظه انتخابي بين رنجور بودن و شادبودن وجود دارد.

و تو هميشه انتخاب مي كني كه رنجور باشي، زيرا منافعي در اين هست.

تو هميشه رنجوربودن را انتخاب مي كني زيرا اين يك عادت، يك الگو شده است.

تو هميشه چنين كرده اي. يك شيار شده است.

به محضي كه ذهنت بايد انتخاب كند، بي درنگ به سمت رنجور بودن حركت مي كند.

به نظر مي رسد كه رنجوربودن سرازيري است و مسرور بودن سربالايي.

دست يابي به سرور به نظر دشوار مي آيد ، ولي چنين نيست.

درواقعيت درست عكس اين است: سرور سرازيري است و رنج بردن، سربالايي.

دستيابي به رنج كاري دشوار است، ولي تو به آن دست يافته اي، كاري غيرممكن را كرده اي ، زيرا رنج برخلاف طبيعت است.

هيچكس نمي خواهد كه رنجور باشد و همه رنجور *هستند*!

جامعه عملي بزرگ انجام داده است: تعليم و تربيت، فرهنگ، و آژانس هاي فرهنگي، والدين، معلمان ، كاري عظيم انجام داده اند: آنان از موجوداتي مسرور، موجوداتي رنجور ساخته اند!

هر كودك با سرور زاده مي شود. هر كودك يك خدا زاده مي شود.

و هر انساني همچون انساني ديوانه مي ميرد!

تازماني كه بهبود پيدا نكنيد، تا زماني كه كودكيتان را مدعي نشويد، قادر نخواهيد بود آن ابر سپيدي شويد كه من از آن سخن مي گويم.

اين تمام كاري است كه بايد انجام دهيد: تمام سلوك sadhana همين است ، چگونه كودكي خود را دوباره به دست آوريد، چگونه دوباره آن را مدعي شويد.

اگر بتوانيد بار ديگر كودك شويد، آنوقت... آنوقت رنج وجود نخواهد داشت.

نمي گويم كه براي يك كودك لحظات رنج وجود ندارند ، دارند. ولي بااين وجود رنجي دركار نيست.

سعي كن اين را درك كني.

يك كودك مي تواند رنج ببرد، مي تواند ناشاد باشد، در لحظه شايد به شدت ناشاد باشد،

ولي در همان ناشاد بودنش تماميت دارد.

او چنان با آن ناشادماني يگانه است كه هيچ تقسيمي وجود ندارد.

كودكي كه از رنج جدا باشد وجود ندارد. او به رنج خود همچون چيزي جدا از خودش نگاه نمي كند.

آن كودك، رنج هست ، تمام وجودش در آن درگير است. و وقتي كه با رنج يگانه شوي، رنج ، رنج نيست. اگر بتواني بسيار با آن يكي شوي، حتي آن نيز زيبايي خودش را دارد.

بنابراين به يك كودك نگاه كن ، منظورم كودك فاسد نشده است.

اگر خشمگين است، آنوقت تمام انرژي او خشم مي شود، هيچ چيزي را پشت سر نگه نداشته است، چيزي را باقي نگذاشته است.

او حركت كرده و به خشم تبديل شده، كسي نمانده كه آن را دستكاري و كنترل كند.

ذهني وجود ندارد. كودك خشم شده است. و آنوقت آن زيبايي را تماشا كن: شكوفايي خشم را.

آن كودك هرگز به نظر زشت نمي آيد ، حتي در خشم نيز زيباست. فقط به نظر شديد تر، زنده تر و باحرارت تر شده است ، آتشفشاني آماده ي منفجر شدن است.

چنان كودكي خردسال، چنان انرژي عظيم، چنان وجودي اتمي ، _ با تمام كائنات كه آماده ي منفجر شدن است. و كودك پس از آن خشم ساكت خواهد بود. پس از اين خشم كودك بسيار آرام خواهد بود. آسوده خواهد بود.

شايد ما فكر كنيم كه بودن در آن خشم، رنج بوده است، ولي آن كودك رنجور نيست، از آن لذت برده است.

اگر با هر چيزي يكي شوي، مسرور خواهي شد.

اگر خودت را از هرچيزي جدا كني، حتي اگر شادماني باشد، رنجور خواهي شد.

پس كليد اين است:

جدابودن به عنوان نفس، پايه تمام رنج هاست.

يكي بودن، جاري بودن با هرآنچه كه زندگي برايت پيش آورده، با شدت و باتماميت در آن بودن... طوري كه تو ديگر نباشي، گم شده باشي... يعني سرور.

انتخاب وجود دارد، ولي تو از اين انتخاب ناهشيار شده اي. تو چنان پيوسته آن چيز اشتباه را انتخاب كرده اي و چنان عادت مرده اي شده است كه فقط آن را به طور خودكار انتخاب مي كني. انتخابي باقي نگذاشته اي.

هشيار شو. هرزمان كه انتخاب مي كني ناشاد باشي، به ياد بياور: اين انتخاب خودت است.

همين هشياري كمك مي كند : همين آگاهي كه "اين انتخاب من است و من مسئولش هستم و اين كاري است كه من با خودم مي كنم، اين عمل خودم است."

بي درنگ تفاوت را احساس خواهي كرد. كيفيت ذهن تغيير كرده است.

اينك حركت به سوي شادماني برايت آسان تر است.

و زماني كه بداني اين انتخاب خودت است، آنوقت تمام موضوع يك بازي مي شود.

آنگاه اگر دوست داري كه رنجور باشي، رنجور باش.

ولي به ياد بسپار: انتخاب خودت است. و شكايت نكن. هيچكس ديگر مسئول آن نيست. اين رنجنامه drama مال خودت است. اگر چنين دوست داري، اگر مايلي رنجور باشي، آنوقت انتخاب خودت است، بازي خودت است.

آن را بازي مي كني. خوب بازي اش كن!

ولي نزد مردم نرو و نپرس كه چگونه رنجور نباشي. اين مسخره است.

آنوقت نزد مرشدان و استادها نرو و نپرس كه چگونه شاد باشي.

اين به اصطلاح مرشدان به اين سبب وجود دارند كه شما احمق هستيد.

تو رنج را خلق مي كني و مي روي و از ديگران مي پرسي كه چگونه از آن خلاص شوي.
و تو به خلق كردن رنج ادامه مي دهي، زيرا هشيار نيستي كه چه مي كني.
از همين لحظه امتحان كن، سعي كن شاد و مسرور باشي.
يكي از عميق ترين قوانين زندگي را برايتان مي گويم. شايد ابداً در موردش فكر نكرده باشيد.
تمام علم بر يك پايه قرار دارد: قانون علت و معلول. تو علت را خلق مي كني و معلول به دنبال مي آيد.
زندگي زنجيره اي از علت هاست : دانه را در زمين مي كاري و جوانه مي زند.
دستت را در آتش مي گذاري و مي سوزد. علت وجود دارد و معلول به دنبالش مي آيد.
زهر مي نوشي و خواهي مرد. تو ترتيب علت را مي دهي و معلول در پي آن خواهد آمد.
اين يكي از اساسي ترين پايه هاي علم است كه علت و معلول، دروني ترين زنجيره ي روند زندگي است.
دين قانوني ديگر مي شناسد كه حتي از اين نيز عميق تر است.
ولي اين قانون دوم كه عميق تر از اولي است، اگر آن را نشناسي و با آن آزمايش نكني، به نظر مسخره مي آيد.
دين مي گويد: معلول را بساز و علت درپي خواهد آمد.
به زبان علمي، اين كاملاً مسخره است.
علم مي گويد: اگر علت وجود داشته باشد، معلول به دنبال خواهد آمد.
دين مي گويد كه عكس آن نيز صادق است: معلول را درست كن، و ببين.... علت به دنبال مي آيد.
موقعيتي وجود دارد كه احساس خوشي داري: دوستي تلفن زده، يا معشوق از راه رسيده .
آن موقعيت علت است و تو احساس خوشي داري. خوشي تو معلول است.
علت، آمدن معشوق است.
دين مي گويد: شاد باش و معشوق خواهد آمد. معلول را خلق كن و علت به دنبال مي آيد.
و اين تجربه ي *خود من* بوده است كه قانون دوم، اساسي تر از اولي است.
من چنين كرده ام و عمل كرده است. تو فقط شاد باش و معشوق مي آيد؛ تو فقط شاد باش و دوستان خواهند آمد، تو فقط شاد باش و همه چيز به دنبال خواهد آمد.
مسيح همين را با عبارتي ديگر مي گويد: تو نخست جوياي ملكوت الهي باش،
آنگاه هر چيز ديگر درپي خواهد آمد.

ولي ملكوت الهي پايان است، معلول است.

تو نخست آن انتها را بجو ، "انتها" يعني معلول، نتيجه ، و علت به دنبال مي آيد.

و اين، همان طوري است كه بايد باشد.

فقط اين نيست كه دانه اي را در زمين بكاري و درخت به دنبال بيايد ، بگذار درختي باشد و آنگاه ميليون ها دانه وجود خواهند داشت.

اگر علت در پي معلول بيايد، معلول دوباره در پي علت مي آيد.

آنوقت يك چرخه مي شود ، از هركجا مي تواني شروع كني: يا علت را ايجاد كن و يا معلول را.

و من به شما مي گويم كه ساختن معلول آسان تر است ، زيرا معلول تماماً بستگي به تو دارد.

علت شايد به تو بستگي نداشته باشد.

اگر بگويم كه من فقط وقتي مي توانم شاد باشم كه يك دوست معين اينجا باشد، آنوقت بستگي به آن دوست معين دارد كه آيا اينجا باشد يا نباشد.

اگر بگويم كه تا وقتي كه فلان مقدار ثروت نداشته باشم، نمي توانم شاد باشم، آنگاه بستگي به تمام دنيا و اوضاع اقتصادي و هزار چيز ديگر دارد. شايد چنين اتفاقي نيفتد، آنوقت نمي توانم خوشبخت باشم. علت در فراسوي من است. معلول در درون من است. علت در اطراف است، در موقعيت هاي بيروني. *معلول خود من است!*

اگر بتوانم معلول را بسازم، علت به دنبال خواهد آمد.

خوشبختي را انتخاب كن ، اين يعني كه معلول را انتخاب مي كني ، و آنوقت ببين چه روي خواهد داد. عف را انتخاب كن و ببين چه روي خواهد داد. نتخاب كن كه مسرور باشي و ببين چه خواهد شد.

تمام زندگيت بي درنگ عوض خواهد شد و خواهي ديد كه در اطرافت معجزات رخ خواهند داد ، زيرا اينك تو معلول را خلق كرده اي و علت بايد كه به دنبال بيايد.

اين به نظر جادو مي آيد، حتي مي تواني آن را "قانون جادويي" the Law of Magic بخواني.

نخست، قانون علمي است و دومي قانون جادويي.

دين جادو هست ، و تو مي تواني يك جادوگر باشي. و اين تمام چيزي است كه به شما آموزش مي دهم: جادوگر magician باشيد، راز جادوگري را بدانيد.

امتحانش كن! در تمام زندگي راه ديگر را امتحان كرده اي ، نه تنها در اين زندگاني، بلكه در زندگاني هاي ديگر نيز.

حالا به من گوش بده!

اين فرمول جادويي را، اين ذكري را كه به تو مي دهم آزمايش كن: معلول را ايجاد كن و ببين چه خواهد شد... علت ها بي درنگ تو را دربر خواهند گرفت، به دنبالت خواهند آمد.

و منتظر علت ها نباش' به قدر كافي انتظار كشيده اي. خوشبختي را انتخاب كن و خوشبخت خواهي بود.

مشكل در چيست؟ چرا نمي تواني انتخاب كني؟ چرا نمي تواني با اين قانون كار كني؟

زيرا ذهن، تمام ذهني كه در تفكر علمي آموزش ديده مي گويد كه اگر خوشبخت نيستي و سعي كني كه خوشبخت باشي، آن خوشبختي مصنوعي خواهد بود. اگر خوشبخت نيستي و سعي كني كه خوشبخت باشي، اين فقط نمايش است،

واقعي نيست. تفكر علمي چنين مي گويد كه اين واقعي نخواهد بود و نمايشي است.

ولي تو نمي داني.

انرژي حياتي راه هاي عملكرد خودش را دارد، اگر بتواني تماماً بازي كني، واقعي مي شود. تنها نكته در اين است كه هنرپيشه نبايد وجود داشته باشد.

تماماً واردش شو، آنوقت تفاوتي نخواهد بود. اگر با ترديد بازي كني، آنوقت مصنوعي باقي خواهد ماند.

اگر به تو بگويم كه برقص و بخوان و شاد باش و تو با ترديد چنين كني و دودل باشي، عقب خواهي ماند و فكر مي كني: "اين فقط مصنوعي است. من سعي مي كنم، ولي نمي آيد، اين خودانگيخته نيست."

آنگاه اين يك نمايش باقي مي ماند و هدردادن وقت است.

اگر امتحان مي كني، با تمام قلب چنين كن. عقب نمان، واردش شو، خود نمايش شو ، هنرپيشه را در بازي محو كن و آنوقت ببين كه چه مي شود. واقعي خواهد شد و آنوقت احساس خواهي كرد كه خودانگيخته است.

تو انجامش نداده اي ،آنوقت خواهي دانست كه اتفاق افتاده است.

ولي تا زماني كه با تمام وجود چنين نكني، نمي تواند اتفاق بيفتد. معلول را خلق كن، كاملاً در آن حضور داشته باش.

و نتايج را ببين و مشاهده كن.

من مي توانم شما را پادشاهاني بدون سرزمين هاي پادشاهي كنم ، فقط بايد همچون شاهان بازي كنيد، و چنان با تماميت بازي كنيد كه در برابر شما، حتي شاهان واقعي نيز به نظر بيايند كه گويي فقط بازي مي كنند.

و وقتي كه تمام انرژي در آن حركت كرد ، واقعي شده است!

انرژي همه چيز را واقعي مي كند. و اگر منتظر سرزمين هاي پادشاهي شويد، هرگز نخواهند آمد.

حتي براي *ناپلئون*، براي *اسكندر* كه سرزمين هاي بزرگ پادشاهي نيز داشتند نيز هرگز نيامد. آنان رنجور ماندند زيرا كه آنان اين قانون دوم زندگي را كه اساسي تر و پايه اي تر است تشخيص ندادند.

اسكندر مي كوشيد تا سرزمين پادشاهي بزرگتري بسازد تا پادشاهي بزرگتر شود. تمام زندگيش صرف ساختن اين سرزمين پادشاهي شد و آنوقت زماني برايش باقي نماند تا پادشاه باشد. او پيش از اينكه آن سرزمين كامل شود، مرد.

و براي بسياري اين اتفاق افتاده است. سرزمين پادشاهي هرگز نمي تواند كامل باشد. دنيا نامحدود است ، سرزمين پادشاهي تو محتوم است كه ناقص بماند. و با سرزميني ناقص، چگونه مي تواني يك پادشاه تمام باشي؟

سرزمين پادشاهي تو بايد كه محدود باشد و با سرزميني محدود، چگونه مي تواني يك امپراطور باشي؟ اين غيرممكن است.

ولي تو مي تواني يك امپراطور باشي.... فقط معلول را ايجاد كن.

*سوامي رام* Swami Ram، يكي از عرفاي اين قرن به آمريكا رفت. او عادت داشت خودش را *بادشاه رام* Badshah Ram بخواند ،*امپراطور رام*. و او يك گدا بود!

كسي به او گفت: "تو هيچ چيز نداري، ولي خودت را پادشاه مي خواني؟"

او گفت، "به اموال من نگاه نكن ، به *من* نگاه كن."

و حق با اوست، زيرا اگر به دارايي ها نگاه كني، آنوقت همه گدا هستند ، حتي يك پادشاه. شايد گداي بزرگتري باشد، فقط همين.

وقتي كه *رام* گفت، " به من نگاه كن،" در آن لحظه، او يك پادشاه بود.

مي توانستي ببيني و آن پادشاه در آنجا وجود داشت.

معلول را خلق كن: شاه شو، جادوگر شو ، و از همين لحظه.. زيرا نيازي به منتظر شدن نيست.

اگر قرار بود كه سرزمين پادشاهي اول بيايد، آنوقت مجبور بودي كه منتظر باشي. اگر قرار بود كه علت نخست ساخته شود، آنوقت فرد بايد صبر كند و صبر كند و به تعويق اندازد. ولي براي ايجاد معلول نيازي به صبركردن نداري. مي تواني در همين لحظه يك پادشاه باشي.

وقتي مي گويم : باش! فقط پادشاه باش و ببين ، سرزمين پادشاهي به دنبال خواهد آمد.
من اين را توسط تجربه ي خودم شناخته ام. من درمورد يك نظريه يا يك فلسفه با شما سخن نمي گويم. شاد باش و در اوج آن شادماني خواهي ديد كه دنيا نيز با تو شادمان است.
گفته اي قديمي وجود دارد: "اگر گريه كني، تنها گريه مي كني، اگر بخندي، تمام دنيا با تو مي خندد."
اگر بتواني معلول را خلق كني و مشعوف باشي، آنگاه حتي درختان، كوه ها، ماسه ها، ابرها، همگي با تو به رقص درخواهند آمد، آنگاه تمامي جهان هستي يك رقص و ضيافت خواهد شد.

ولي اين بستگي به تو دارد ، _ اگر بتواني معلول را ايجاد كني.
و من به تو مي گويم كه مي تواني چنين كني. اين ساده ترين چيز ممكن است

به نظر مشكل مي رسد، زيرا هنوز آزمايش نكرده اي.

امتحانش كن!

# غاز بيرون است!

*پرسش دوم:*

*اشو جان، آنچه را كه مي گوييد مي شنويم، ولي ما در غرب اطلاعات را در سرهايمان نگه مي داريم. چگونه از سرهايمان بيرون بياييم؟ چه روش هايي به كار ببريم و آيا نيروي اراده مي تواند كمك كند؟*

نه. نيروي اراده به شما كمك نخواهد كرد. واقعاً، نيروي اراده ابداً نيرو نيست، زيرا اراده به نفس وابسته است ، يك پديده ي جزيي است، نمي تواند نيروي زيادي توليد كند.

وقتي اراده را وانهي، آنوقت قوي هستي ، زيرا آنوقت با كل يكي هستي.

نيروي اراده در عمق، نوعي ناتواني است. براي پنهان كردن اين واقعيت كه ما ناتوانيم، اراده را ايجاد مي كنيم.

ما متضادش را ايجاد مي كنيم تا خود و ديگران را فريب دهيم.

مردمي كه احساس مي كنند نادان هستند، سعي دارند نشان بدهند كه خردمند هستند.

آنان پيوسته از اين آگاهند كه نادان هستند، بنابراين هركاري مي كنند تا به نظر عاقل برسند.

كساني كه زشت هستند، يا احساس مي كنند كه زشت هستند، هميشه سعي دارند خودشان را زيبا بسازند ، حتي يك زيبايي نقاشي شده، يك صورتك، يك نقاب.

مردمي كه ضعيف هستند، هميشه مي كوشند كه قوي به نظر بيايند. ضد آن خلق مي شود. اين تنها راه براي پوشاندن واقعيت درون است.

يك *هيتلر* آدمي ضعيف است، براي همين چنان نيروي اراده اي را در اطرافش خلق مي كند ، فقط براي پنهان كردن آن واقعيت.

انساني كه واقعاً قوي است، از قوي بودنش آگاه نيست. قدرت او جاري است، وجود دارد، ولي او حتي از آن آگاهي ندارد.

*لائوتزو* مي گويد: "انسان واقعاً فاضل، هرگز نمي داند كه فضيلت دارد.

انسان واقعاً بااخلاق، هرگز هشيار نيست كه بااخلاق است."

ولي انساني كه مي داند بااخلاق است، بي اخلاقي او در اعماق پنهان است. انساني كه فكر مي كند خوب است و قديس است و فرزانه است، يك گناهكار است ، و او اين را مي داند!

و فقط براي پنهان كردن اين واقعيت است كه ضد آن را خلق مي كند.

نيروي اراده، واقعاً قدرت نيست، بلكه ضعف است. انسان واقعاً نيرومند هيچ اراده از خودش ندارد ، تماميت جهان هستي، اراده ي اوست. او همچون ابري سپيد شناور است، با جهان هستي يگانه است و با آن تنظيم است.

اراده ي تو هميشه مشكل آفرين است.

تو را كوچك مي سازد، از تو يك جزيره مي سازد و آنوقت مبارزه شروع مي شود.

انساني كه اراده اش را وانهاده باشد، به طور طبيعي بي سر است. و به ياد بسپار: نمي تواني از سرت بيرون بيايي. مي تواني آن را قطع كني ، و اين آسان تر است!

بيرون زدن از سر تقريباً غيرممكن است، زيرا همين مفهوم بيرون زدن از آن نيز بخشي از سر است. سر يك آشفتگي است، يك هرج و مرج است.

تو فكر مي كني، و همچنين بر ضد فكركردن نيز فكر مي كني! آن فكركردني كه ضد فكركردن باشد نيز خودش يك فكركردن است! از آن بيرون نمي آيي. مي تواني افكارت را محكوم كني، ولي اين محكوم كردن نيز خودش يك فكر است. هيچ چيز به دست نيامده است، در چرخه اي باطل مي چرخي.

مي تواني به چرخيدن ادامه بدهي، ولي از آن بيرون نخواهي رفت. پس چه بايد كرد؟

چگونه از سر بيرون بيايي؟

فقط يك كار ممكن است: هيچ جنگي در درون برپا نكن و هيچ تلاشي براي بيرون آمدن انجام نده. زيرا هرگونه تلاش يعني يك خودكشي.

پس آنوقت چه بايد كرد؟ فقط تماشا كن. در درون باش و مشاهده كن.

سعي نكن بيرون بيايي ، در درون باش و مشاهده كن. و اگر بتواني تماشا كني، در همان لحظات مشاهده گري، سري وجود نخواهد داشت. نه بيرون از سر، بلكه وراي آن.

ناگهان در وراي خودت پرسه خواهي زد.

يك داستان *ذن* وجود دارد ، بسيار مسخره، همچون تمام داستان هاي ذن. ولي بايد هم مسخره باشند، زيرا زندگي چنين است.

آن داستان ها زندگي را همانگونه كه هست، توصيف مي كنند.

يك مرشد *ذن* عادت داشت از مريدانش بپرسد: "چند وقت پيش، من غازي را درون يك بطري گذاشتم. اينك غاز رشد كرده و آن بطري گردني بسيار باريگ دارد و غاز نمي تواند از آن بيرون بيايد.

آن بطري بسيار گرانبهاست و من نمي خواهم آن را بشكنم. پس اينك يك بحران وجود دارد: اگر غاز نتواند بيرون بيايد، خواهد مرد. مي توانم بطري را بشكنم تا غاز بيرون بيايد، ولي چون آن بطري بسيار پرارزش است، نمي خواهم چنين كنم. و غاز را هم نمي خواهم بكشم. پس چه بايد كرد؟"

مشكل اين است! آن غاز در سر است و گردن بطري بسيار باريك است. مي تواني سر را بشكني، ولي باارزش است. يا مي تواني بگذاري كه غاز بميرد، ولي اين نيز مجاز نيست، زيرا آن غاز *تو* هستي!

آن مرشد *ذن* پيوسته از مريدان مي پرسيد و آنان را كتك مي زد و به آنان مي گفت، "راهي پيدا كنيد! زيرا وقتي باقي نمانده."

و او فقط يك بار پاسخي را اجازه داد. مريدي گفت، "غاز بيرون است!"

پاسخ هاي بسياري داده شدند، ولي او هميشه مريدان را مي زد و مي گفت، "نه."

كسي توصيه كرد كه با آن بطري كاري بكنند، ولي مرشد بازهم مي گفت كه شايد بطري بشكند و يا برايش اشكالي پيش آيد و اين مجاز نيست. يا كس ديگري مي گفت: "اگر بطري اينهمه ارزش دارد، پس بگذار غاز بميرد."

اين ها تنها راه هاي ممكن بودند و راه سومي وجود نداشت و مرشد هيچ راهنمايي ديگر نمي كرد. تا اينكه يكي از مريدان پاسخ داد: "غاز بيرون از بطري است!" همه تعجب كردند! لي مرشد به اين مريد تعظيم كرد و پايش را لمس كرد و گفت، "حق با اوست ، غاز بيرون است! هرگز داخل نبوده است."

*شما بيرون هستيد! ر*گز در داخل نبوده ايد. آن *احساسي* كه داريد كه داخل هستيد، فقط تصوري باطل است.

بنابراين هيچ مشكل واقعي وجود ندارد كه چگونه از سر بيرون بياييد. فقط تماشا كن.

وقتي كه تماشا مي كني چه اتفاقي مي افتد؟ ، _ پديده ي تماشاكردن. فقط چشمانت را ببند و افكارت را تماشا كن.

چه روي مي دهد؟ افكار وجود دارند، در داخل، ولي تو در داخل نيستي. تماشاگر هميشه روي تپه ايستاده است. همه چيز در اطراف او حركت مي كند و تماشاچي در فراسوي

آن هاست. تماشاگر هرگز نمي تواند در درون باشد، هرگز نمي تواند آن اندروني باشد ، هميشه بيرون است. تماشاكردن يعني بيرون بودن.

مي تواني آن را مشاهده گري، هشياربودن، گوش به زنگ بودن يا هر نام ديگري كه بخواهي بخواني، ولي راز اين است: تماشاكن!

بنابراين هرگاه احساس كردي كه زيادي در سر هستي، فقط زير درختي بنشين و تماشا كن. و سعي نكن از سرت بيرون بيايي.

چه كسي بيرون خواهد آمد؟ كسي در درون نبوده. تمام اين تلاش بيهوده است، زيرا اگر هرگز در درون نبوده اي، آنوقت چگونه مي تواني بيرون بيايي؟

شايد به تلاش كردن و كوشيدن ادامه بدهي و سخت درگيرش بشوي، شايد ديوانه شوي، ولي هرگز بيرون نخواهي آمد. زماني كه بداني كه در آن لحظه ي مشاهده گري تو در فراسو و در وراي سر هستي، بيرون هستي.

و از همان لحظه، بي سر خواهي بود. سر به بدن تعلق دارد، نه به*تو*.

سر بخشي از بدن است، عملكردي در بدن دارد- زيباست، خوب است.

آن بطري باارزش هست و اگر راهش را بداني، رازش را بداني، مي تواند مورد استفاده قرار بگيرد.

وقتي با شما سخن مي گويم، چه مي كنم؟ ، از بطري استفاده مي كنم.

وقتي كه*بودا* موعظه مي كند، چه مي كند؟ ، از بطري استفاده مي كند.

آن بطري *واقعاً* پرارزش است و ارزش نگه داشتن را دارد. ولي راه محافظت از آن اين نيست ،كه واردش شوي و آنوقت درگيرش شوي و سپس تلاش كني از آن بيرون بيايي'

و آنوقت تمام زندگي به يك هرج و مرج تبديل مي شود.

زماني كه بداني با تماشاكردن، بيرون هستي، بي سر مي شوي.

آنوقت بدون سر در اين دنيا حركت مي كني. چه پديده ي زيبايي! ،انساني كه بدون سر راه مي رود.

وقتي كه مي گويم يك ابر سپيد شويد،منظورم همين است ، يك پديده ي بدون سر.

حتي نمي تواني تصور كني كه وقتي كه سر وجود نداشته باشد چه سكوتي مي تواند بر تو نازل شود.

سر جسماني تو وجود خواهد داشت، واي آن درگيري ها، آن وسواس ها وجود ندارد.

اين سر مشكلي ندارد! زيباست، ابزاري شگفت انگيز است، بزرگترين كامپيوتري است كه تاكنون ابداع شده است، مكانيسمي بسيار پيچيده و كارآمد است. سر زيباست.

مي تواند مورد استفاده قرار گيرد، مي تواني از استفاده كردن از آن لذت ببري.

ولي اين فكر را ازكجا آورده اي كه تو در سر هستي؟به نظر مي رسد كه اين فقط يك آموزش غلط باشد.

شايد آگاه نباشي كه در ژاپن باستان، و هنوز هم اگر از مردمان سالخورده در ژاپن بپرسي كه "از كجا فكر مي كنيد؟" آنان به شكم خود اشاره مي كنند. زيرا در ژاپن چنين فكر مي شد كه شكم مركز تفكر است.

بنابراين وقتي اروپايي ها براي نخستين بار به ژاپن رسيدند، باورشان نمي شد كه تمام كشور فكر مي كردند كه سرشان در شكمشان است، نه در سرشان.

اين تنها يك فكر غربي است كه تو در سر هستي.

در ژاپن باستاني، فكركردن از شكم واقعاً كار مي كرده، ولي اينك آنان از شكم به سر منتقل شده اند.

سنت هاي ديگري وجود داشتند كه مي پنداشتند عمل فكركردن از ساير بخش هاي بدن انجام مي شود.

*لائوتزو* مي گويد كه تو از كف پاهايت فكر مي كني. بنابراين در سنت *تائويوگا* *Taoyoga* روش هايي وجود دارد كه از كف پا بيرون بيايي ، زيرا تفكر در آنجا صورت مي گيرد.

واقعيت چيست؟ واقعيت اين است كه تو وراي بدن هستي.

ولي مي تواني به هر قسمت از بدن وابسته شوي ، سر يك وسواس غربي است، شكم يك وسواس شرقي بود.

شايد در مورد *دي اچ لارنس* D.H. Lawrence شنيده باشيد. او فكر مي كرد كه انسان از مركز جنسي خود فكر مي كند و مركز واقعي تفكر آنجاست و نه هيچ جاي ديگر.

چيزي براي انتخاب كردن وجود ندارد، زيرا آن شاهد وراي اين هاست. تماماً در اطراف و در فراسوي بدن قرار دارد. مي تواني به هر بخش از بدن وابسته شوي و فكر كني كه تفكراز اين اندام انجام مي شود.

نيازي به بيرون آمدن نيست، زيرا تو هرگز در درون نبوده اي.

غاز بيرون است ، از قبل بيرون بوده!

تماشا كن... و وقتي تماشا مي كني بايد به ياد بسپاري كه قضاوت نكني. اگر قضاوت كني، تماشاكردن گم مي شود. وقتي در حال تماشاكردن هستي، ارزيابي نكن. اگر ارزيابي كني، تماشاگري ازبين مي رود.

وقتي تماشا مي كني، سرزنش و محكوم نكن، اگر چنين كني، نكته را از دست داده اي.

وقتي تماشا مي كني، فقط تماشا كن... رودخانه اي در جريان است، نهر آگاهي جاري است، افكار اتم گونه همچون حباب هايي شناور هستند، و تو كنار ساحل نشسته و تماشا مي كني. آن نهر به رفتن و رفتن و رفتن ادامه مي دهد.

نمي گويي كه اين خوب است، نمي گويي كه اين بد است و نمي گويي كه اين نبايد باشد و نمي گويي كه آن بايد باشد. هيچ چيز نمي گويي ، فقط تماشا مي كني. از تو خواسته نشده تا چيزي را تفسير كني.

تو يك قاضي نيستي ، فقط يك تماشاگر هستي. آنوقت ببين چه روي خواهد داد.

با تماشاكردن رودخانه، ناگهان در فراسوي آن خواهي بود... و آن غاز بيرون خواهد بود.

و زماني كه اين را *دانستي*، كه تو بيرون هستي، مي تواني بيرون بماني.

بنابراين، راه بريدن سر اين است.

همه علاقه دارند كه سر ديگران را ببرند ، اين كمكي نخواهد كرد. به قدر كافي چنين كرده اي. سر خودت را ببر.

بي سر بودن، يعني در مراقبه اي عميق بودن.

و تمام اين ها باهم مساوي هستند ، به تساوي درست، يا به تساوي نادرست هستند.

# تمام اميدها واهي هستند

## *صبح چهارم*

## 13 مي 1974

***پرسش نخست***

*اشو جان، به ما گفته ايد كه انداختن نفس و يكي شدن با ابرهاي سپيد چقدر آسان است.*
*همچنين گفتيد كه ما ميليون ها زندگاني داشته ايم و بسياري از آن ها با بوداها و كريشنا ها و مسيح ها بوده ، بااين وجود هنوز هم نفس هايمان را نينداخته ايم.*
*آيا در ما اميدهاي واهي ايجاد نمي كنيد؟*

تمام اميدها واهي هستند.

اميدداشتن يعني در وهم بودن. بنابراين مسئله ايجاد اميد واهي نيست.

اميد از وجود كاذب شما بيرون مي آيد. اگر واقعي باشي، نيازي به هيچ اميدي نيست.

آنوقت هرگز به آينده فكر نمي كني، كه چه روي خواهد داد. تو چنان واقعي، چنان اصيل هستي كه آينده ازبين مي رود.

وقتي كه تو غيرواقعي باشي، آينده بسيار اهميت پيدا مي كند، آنوقت در آينده زندگي مي كني.

آنگاه واقعيت تو در اينك و اينجا قرار ندارد، واقعيت تو جايي در روياهاست.

و تو آن روياها را به نظر واقعي مي سازي، زيرا توسط آن روياهاست كه تو واقعيت خود را به دست مي آوري.

اينگونه كه شما هستيد، غيرواقعي هستيد.

براي همين است كه اينهمه اميد در ميان است.

تمام اميدها كاذب اند....*تو* واقعي هستي.

و تمام تلاش من اين است كه چگونه تو را به خودت پرتاب كنم.

و نفس يعني تمام اميدها كه باهم تركيب شده اند.

نفس يك واقعيت نيست ، نفس يعني مجموعه ي روياهاي تو، مجموعه ي هرآنچه كه غيرواقعي است، مجموعه هرآنچه كه كاذب است.

نفس نمي تواند در زمان حال وجود داشته باشد.

به اين پديده نگاه كن: نفس هميشه يا در گذشته وجود دارد و يا در آينده ، هرگز در اينك و اينجا نيست ، هرگز، هرگز.

اين غير ممكن است. هرگاه به گذشته فكر مي كني، نفس وارد مي شود، "من" وارد مي شود.هروقت به آينده فكر مي كني، "من" وارد مي شود.

ولي وقتي كه در اينجا هستي، به گذشته و آينده فكر نمي كني، "من" تو كجاست؟

زير درختي نشسته اي و به گذشته و آينده فكر نمي كني، فقط در همانجايي: كجا هستي؟ آن "من" كجاست؟

نمي تواني آن را احساس كني. وجود ندارد. نفس هرگز در زمان حال وجود نداشته است.

گذشته ديگر وجود ندارد. آينده هنوز مانده كه وجود داشته باشد. هيچكدام وجود ندارند.

گذشته ازبين رفته است، آينده هنوز پديدار نشده است. هيچكدام وجود ندارند ، فقط حال وجود دارد. و در زمان حال هرگز چيزي چون نفس يافت نشده است.

بنابراين وقتي كه مي گويم نفس را بيندازيد، منظورم چيست؟

اميد تازه اي به شما نمي دهم، تمام اميدهايتان را از شما مي گيرم.

و مشكل در اينجاست ، زيرا شما از طريق اميدهايتان زندگي مي كنيد،

بنابراين فكر مي كنيد كه اگر تمام اميدها گرفته شوند، خواهيد مرد.

آنوقت پرسشي برمي خيزد: چرا زندگي كنم؟.... براي چه؟

چرا از اين لحظه به لحظه ي ديگر بروم؟ براي چه؟

باازميان رفتن اميد، هدف ازبين رفته است. بنابراين اگر جايي براي رفتن نيست، چرا به رفتن ادامه دهم؟ تو نمي تواني بدون اميد زندگي كني ، براي همين است كه انداختن نفس اينهمه دشوار است. اميد با زندگي مترادف گشته است.

بنابراين هرگاه انساني اميدوار است، به نظر سرحال تر و سرزنده تر و قوي تر مي رسد.

وقتي كه اميد ندارد، به نظر ضعيف و افسرده مي رسد، به درونش فرو رفته و نمي داند كه چه كند و كجا رود؟

و هرگاه اميدي وجود نداشته باشد، احساس بي معني بودن به سراغت مي آيد.

بلافاصله اميد ديگري خلق مي كني، يك جايگزين ايجاد مي كني.

اگر يك اميد ازبين برود، بي درنگ با اميد ديگري جايگزين مي شود ، زيرا نمي تواني در آن فاصله زندگي كني. نمي تواني بدون اميد زنده باشي.

و من به شما مي گويم كه اين تنها راه زنده بودن است: بدون هيچگونه اميد، زندگي واقعي است، براي نخستين بار زندگي اصالت پيدا مي كند.

پس دومين نكته كه بايد درك شود اين است:

وقتي كه مي گويم انداختن نفس كاري آسان است، منظورم اين نيست كه براي تو آسان است.

منظورم اين است كه چون خود پديده ي نفس بسيار غيرواقعي است، انداختنش آسان است.

اگر نفس كاذب باشد، انداختنش چگونه مي تواند دشوار باشد؟

اگر رويا فقط يك رويا باشد، بيرون آمدن از آن چگونه مي تواند مشكل باشد؟ اگر واقعي بود، آنوقت دشوار مي بود.

اگر يك رويا فقط يك روياست، مشكل بيرون آمدن از آن در چيست؟ مي تواني بيرون بيايي!

رويا نمي تواند تو را بچسبد. رويا نمي تواند يك مانع باشد. رويا هيچ نيرويي ندارد ،

براي همين است كه آن را رويا مي خوانيم. وقتي مي گويم كه انداختن نفس كاري آسان است، منظورم همين است.

ولي منظورم اين نيست كه براي تو آسان باشد، زيرا براي تو هنوز رويا يك واقعيت است، نه يك رويا.

نفس براي تو كاذب نيست، تنها واقعيت است! هرچيز ديگر كاذب است!

ما در اطراف نفس زندگي مي كنيم. ما هرچه بيشتر و بيشتر جوياي نفسانيات هستيم ، كسي از طريق ثروت، ديگري توسط مقام، اعتبار اجتماعي، قدرت، ديگري توسط سياست، ديگري توسط مذهب و كشيش بودن.

راه هاي نفس ميليونهاست. ولي پايان، نتيجه، هدف يكي است:

جستن هرچه بيشتر و بيشتر "من" و جوياي شدن هرچه بيشتر و بيشتر نفس.

براي تو نفس يك واقعيت است. و من مي گويم كه براي تو اين تنها واقعيت است.

آن چيز كاذب، واقعي شده است. سايه، وجود پيدا كرده است.

براي همين است كه دشوار است ، نه به اين سبب كه نفس بسيار قوي است، نه .

به اين سبب دشوار است كه تو هنوز آن را و نيروي آن را باور داري.

اگر نفس را باور داشته باشي، انداختنش مشكل خواهد بود، زيرا ازيك سو به آن چسبيده اي و از سوي ديگر مي خواهي دورش بيندازي. دشوار خواهد بود.

وقتي مي گويم كه نفس يك روياست، دلت مي خواهد كه باور كني، زيرا بسيار از آن رنج برده اي ، نه به دليل اينكه حقيقت آنچه را كه مي گويم احساس كرده باشي.

اگر حقيقت آنچه را كه مي گويم احساس كرده باشي، بي درنگ آن را دور مي اندازي. نمي پرسي چگونه. "چگونه" براي آن وجود ندارد.

نكته را مي بيني و نفس را دور مي اندازي. تو حقيقت آنچه را كه مي گويم نمي بيني.

وقتي مي گويم كاذب بودن نفس تشخيص داده نشده و مي تواند دور انداخته شود، وقتي مي گويم كه انداختن نفس ممكن است، تو از آن يك اميد مي سازي. زيرا تو از نفست بسيار رنج كشيده اي. اميدي مي سازي كه اگر نفس بتواند انداخته شود، آنوقت تمام رنج هايت ازبين خواهند رفت. با اين اميد شاد مي شوي.

من توليد اميد نمي كنم، اميد را تو خلق مي كني.

من فقط واقعيتي را بيان مي كنم كه ساختار نفس اين است و نفس اينگونه ساختاري دارد و نفس اينگونه آفريده مي شود و اينگونه مي شود آن را دور انداخت. و چون واقعي نيست، نيازي به تلاش كردن نيست.

فقط با ديدن نكته، نفس ازبين مي رود.

انساني با ديدن سايه ي خودش هراسان مي شود و مي دود و از مرگ مي ترسد!

او را متوقف مي كني و به او مي گويي: "تو ناداني! اين سايه ي خودت است ، كسي تو را تعقيب نمي كند و كسي قصد كشتن تو را ندارد. كسي جز تو وجود ندارد. تو از سايه ي خودت ترسيده اي."

ولي وقتي شروع به دويدن كني، سايه نيز مي دود ، سريع تر. هرچه سريع تر بدوي، سايه نيز تو را سريع تر تعقيب مي كند. آنوقت ذهن منطقي مي تواند بگويد كه تو در خطر هستي. و ذهن منطقي خواهد گفت: اگر مي خواهي فرار كني، سريع تر بدو، سريع تر! ولي هركاري بكني، آن سايه تو را دنبال خواهد كرد.

و اگر نتواني از آن خلاص شوي، بيشتر و بيشتر خواهي ترسيد. تو تمام اين را از خودت درست كرده اي.

ولي اگر به تو بگويم: "اين فقط يك سايه است، كسي در تعقيب تو نيست" ، و اگر اين نكته را تشخيص بدهي، اگر به آن سايه نگاه كني و نكته را بگيري، آيا از من خواهي پرسيد كه چگونه آن سايه را دور بيندازي؟

آيا از من تكنيك، روش يا نوعي *يوگا* خواهي خواست تا آن را دور بيندازي؟

فقط خواهي خنديد. آن را انداخته اي!

در همان لحظه اي كه ببيني اين يك سايه است و كسي تو را تعقيب نمي كرده، خودش دورانداخته شده است.

مسئله ي "چگونه" در كار نيست. حسابي خواهي خنديد. تمامش بي معني بوده!

همين در مورد نفس اتفاق مي افتد. اگر حقيقت آنچه را كه مي گويم ببيني، آن چيز دورانداخته شده است.

در خود همين ديدن، نفس دورانداخته شده است. آن اتفاق در خود همان ديدن روي مي دهد. مسئله ي "چگونه" در كار نيست.

اگر بازهم بپرسي چگونه، آن ديدن هنوز روي نداده است و نكته را نگرفته اي، ولي مي تواني از آن يك اميد درست كني.

چون تو هميشه از اين نفس عذاب كشيده اي، هميشه مي خواسته اي تا آن را دور بيندازي ، ولي اين خواسته هميشه نيمي از ذهن تو بوده است. تمام رنج ها توسط نفس ايجاد شده، ولي تمام لذت ها نيز توسط همين نفس حاصل شده است.

جمعيتي تو را تحسين مي كند و برايت كف مي زند ، احساس خوبي داري. اين تنها سروري است كه شناخته اي. نفست باد مي كند و به اوج مي رسد، يك *اورست* مي شود! از آن لذت مي بري.

و سپس آن جمعيت تو را محكوم مي كند ، آنوقت آزرده مي شوي.

آن جمعيت بي تفاوت مي شود، تو خرد مي شوي. به درون دره سقوط مي كني، افسرده مي شوي. تو از طريق نفس كسب لذت مي كرده اي، توسط آن رنج مي برده اي.

به دليل رنج كشيدن مايلي آن را دور بيندازي، ولي به سبب لذت بردن نمي تواني آن را دور بيندازي.

بنابراين وقتي مي گويم كه نفس مي تواند به آساني دور انداخته شود، در تو اميدي ايجاد مي شود. نه اينكه من آن را خلق كرده باشم ، طمع تو آن را چنين مي گيرد.

اين يك ادراك نمي شود، طمعي تازه مي شود، جست و جويي جديد براي ارضاي نفس.

و احساس مي كني كه حالا راهي وجود دارد، و مردي هست كه مي تواند كمك كند تا نفس را و تمام رنج هايي را كه نفس ايجاد مي كند، دور بيندازم.

ولي آيا آماده هستي تا تمام لذت هايي كه نفس ايجاد مي كند را نيز دور بيندازي؟

اگر آماده باشي، كاري بس آسان است ، درست مانند انداختن يك سايه. ولي نمي تواني نصف آن را دور بيندازي و نصف آن را حمل كني. يا تمامش خواهد رفت و يا تمامش به تو خواهد چسبيد. مسئله اين است و مشكل در اين است.

تمام لذت هاي تو و تمام رنج هايت بستگي به فقط يك پديده دارد ،_ مي خواهي لذت ها را حفظ كني و رنج ها را دور بيندازي.

درخواستي ناممكن داري. آنوقت مشكل است. نه تنها مشكل، بلكه ناممكن است. اينگونه براي تو رخ نخواهد داد. هركاري بكني بي فايده است، نتيجه اي از آن عايدت نخواهد شد.

تو از آن يك اميد مي سازي، يك بهشت: سروري بوداگونه.

با گوش دادن به من، يا با شنيدن يك *مسيح* يا يك *بودا* ، اميد ايجاد *مي شود*. ولي من اين را خلق نمي كنم ، تو خلق مي كني. تويي كه اميد را روي آن فرافكن مي كني.

و مشكل اين است، پيچيدگي در اين است: بارديگر هر گونه اميدي براي نفس يك خوراك است. حتي همين اميد رسيدن به يك بهشت، به اشراق رسيدن نيز يك اميد است. و هر اميدي براي نفس يك خوراك است.

چه كسي مي كوشد به اشراق برسد؟ آن كسي كه تلاش مي كند به اشراق برسد مشكل است.

هيچكس هرگز به اشراق نمي رسد. اشراق رخ مي دهد، ولي هيچكس هرگز به اشراق نمي رسد. وقتي كه خانه خالي باشد، اشراق رخ مي دهد.

وقتي كسي وجود نداشته باشد كه به اشراق برسد، اشراق رخ مي دهد، اشراق در آنجا وجود دارد.

به سبب زبان، به سبب دوگانه بودن زبان است كه هرچيزي كه در مورد اين چيزهاي عميق گفته شود، دروغين مي شود.

مي گوييم: *گوتام بودا* به اشراق رسيد. اين دروغ است.

*گوتام بودا* هرگز به اشراق نرسيد. وقتي كه او نبود، وقتي كه غايب شد، اشراق رخ داد.

روزي، وقتي كه تشخيص داد كه از الگوهايي بي معني پيروي مي كند، وقتي كه درك كرد: مشكل، من هستم، پس هركاري كه بكنم مشكل بيشتري خواهد آفريد ،_ مسئله كار درست يا غلط كردن نيست، هركاري كه *تو* انجام دهي نفس را تقويت خواهد كرد ،_ وقتي *بودا* به چنين ادراكي رسيد ،_ ولي براي رسيدن به چنين ادراكي سال ها تلاش كرد ،_ وقتي كه دريافت: هركاري كه

من بكنم ، فقط بيشتر و بيشتر به نفسم كمك مي كند ، آنگاه او انجام دادن را دورانداخت. در همان لحظه ي ادراك، او فقط بي عملي پيشه كرد، مطلقاً منفعل شد.

به ياد بسپار: مشكل اين است: حتي مي تواني از بي عملي non-doing خود فعاليت درست كني. يا اينكه براي اينكه به بي عملي برسي، دست به عمل بزني. ولي آنوقت نكته را از دست مي دهي.

مي تواني ساكن و ساكت بنشيني، ولي اگر براي ساكت نشستن تلاش كني، همين نشستن تو دروغين خواهد بود.

اگر براي ساكت نشستن تلاش وجود داشته باشد، اگر براي ساكت نشستن ، *سعي كني*، آن سكوت كاذب است. تو ساكت نيستي.

وقتي كه *بودا* تشخيص داد كه مشكل، خودش است و هر عملي كه از او سر بزند، بيشتر نفسش را تحكيم مي كند، به سادگي توانست آن را بيندازد.

آنگاه ديگر تقلا نمي كرد تا به حالت بي عملي برسد. او ابداً كاري نمي كرد. هرچه روي مي داد، فقط روي مي داد.

باد مي وزيد و درختان به رقص در آمده بودند، سپس ماه تمام آمد و تمام جهان هستي در ضيافت بود...... و دم و بازدم....... و خوني كه در رگ هايش جاري بود و قلبي كه در حال تپيدن بود، نبضش مي زد ، و همه چيز اتفاق مي افتاد! ولي او هيچ كاري نمي كرد. در همين بي عملي بود كه *گوتام سيدارتا* ازبين رفت.

تا صبح، كسي نبود كه اشراق را دريافت كند، ولي اشراق آنجا وجود داشت.

در زير آن درخت *بودي*، وسيله اي خالي نشسته بود ، البته تنفس وجود داشت، ضربان قلب وجود داشت، بهتر از هميشه. همه چيز عالي عمل مي كرد، ولي كننده اي وجود نداشت. خون در گردش بود، تمام جهان هستي در اطرافش سرزنده و درحال رقص بود. هر اتم بدن *بودا* در حال رقصيدن و زنده بود. قبلاً هرگز چنان زنده نبودند، ولي اينك انرژي به خودي خودش جاري بود. كسي آن را هل نمي داد. كسي آن را دستكاري نمي كرد.

*بودا* ابري سپيد شد.... و اشراق رخ داد.

براي تو نيز مي تواند رخ بدهد، ولي هيچ اميدي از آن نساز.

درعوض، با ديدن نكته، تمام اميدها را دور بريز. بي اميد شو، كاملاً بدون اميد.

كاملاً بدون اميدشدن دشوار است. بارها به نااميدي مي رسي ولي هرگز كامل نيست. يك اميد از دست مي رود، احساس نااميدي مي كني. ولي بلافاصله، براي جبران آن، اميد ديگري خلق مي كني. و آن نااميدي ازبين مي رود.

مردم از يك مرشد نزد مرشد ديگر مي روند، اين يعني رفتن از يك اميد به اميد ديگر.

مردم با اين اميد نزد يك مرشد مي روند كه توسط بركت و انرژي او آن اتفاق بيفتد.

آنگاه سعي مي كنند، سپس با ذهني بسيار پرتنش صبر مي كنند٬ زيرا ذهني كه اميد بسته است هرگز نمي تواند

در راحتي باشد ٬ با ذهني بسيار ناشكيبا منتظر هستند، زيرا ذهني كه پر از اميد باشد نمي تواند شكيبا باشد.

و سپس شروع مي كنند به ناراحت شدن، زيرا آن اتفاق روي نمي دهد.

پس اين مرشد عوضي است، بايد نزد مرشد ديگري بروند.

اين رفتن از نزد يك مرشد به مرشد ديگر نيست، اين رفتن از يك اميد به اميد ديگر است.

مردم از يك دين به دين ديگر مي گروند ، گرويدن به دين هاي ديگر وجود دارد و فقط به سبب اميد بستن است كه وجود دارد. مي تواني اين را براي زندگاني هاي بسيار و بسيار انجام دهي. اين كار را كرده اي.

حالا سعي كن نكته را ببيني! مسئله نه مرشد است و نه روش درست. مسئله بينش درست است، بينشي مستقيم به اين پديده كه چه اتفاقي افتاده، چرا اميد بسته اي و چرا نمي تواني بدون اميد باشي. و تو از اينهمه اميدهايت چه به دست آورده اي؟ اين را ببين.

به خودي خودش خواهد افتاد. حتي از تو درخواست نمي شود كه آن را بيندازي. براي همين است كه مي گويم آسان است، و من خوب مي دانم كه بسيار دشوار است. به سبب تو مشكل است و به خودي خودش آسان است. آن پديده آسان است، اين تويي كه مشكل هستي.

و اين مي تواند درهر لحظه روي بدهد. وقتي مي گويم كه اين مي تواند در هر لحظه روي بدهد، منظورم اين است كه پديده ي اشراق، پديده ي بي نفسي معلول هيچ چيز نيست. علتي نياز ندارد. نتيجه ي علت هاي بسيار نيست، يك محصول جانبي نيست. فقط يك بينش است.

مي تواند براي يك گناهكار روي بدهد، مي تواند براي يك قديس روي ندهد. بنابراين، واقعاً به هيچ شرط ضروري نياز نيست. اگر يك گناهكار هم بتواند ببيند، برايش رخ خواهد داد.

اگر بي اميد شود، اگر احساس كند كه چيزي براي كسب كردن و به دست آوردن وجود ندارد، اگر به اين بينش برسد كه تمام اين يك بازي مسخره است، مي تواند رخ بدهد.

شايد براي يك قديس رخ ندهد، زيرا يك قديس به تلاش براي كسب كردن ادامه مي دهد. او هنوز بي اميد نشده است.

اين دنيا بيهوده شده است، ولي آن دنيا با معني شده است. او مي داند كه بايد اين زمين را ترك كند، ولي بهشت ها در وراي آن وجود دارند ، او بايد به آنجا برسد.

و حتي مردمان نزديك به يك *مسيح* يا يك *بودا* چنين چيزهايي را درخواست مي كنند.

درست در آخرين شبي كه فردايش *مسيح* را دستگير مي كردند و به صليب مي كشيدند، مريدانش از او پرسيدند: "استاد، به ما بگو: در ملكوت خداوند، وقتي كه سمت راست بارگاه خداوند نشسته اي، ما كجا خواهيم بود؟ ما در كجا خواهيم نشست؟ به كدام ترتيب؟ خداوند در تخت خودش نشسته است، *مسيح*، تنها پسرش، در سمت راست او نشسته و سپس دوازده مريد: ما كجا خواهيم نشست و ترتيب نشستن ما چطور خواهد بود؟!"

مردمان اطراف *مسيح* از اين پرسش هاي احمقانه مي كنند. ولي ذهن انساني چنين است. آنان هيچ چيز در مورد اين دنيا نمي پرسند. آنان در اين دنيا هيچ چيز ندارند ، ولي خواهان آن دنيا هستند. آنان اميدوار هستند.

آنان اين دنيا را به مخاطره انداخته اند، ولي اين يك معامله است ، "مادر آنجا كجا خواهيم نشست؟ چه كسي نزديك تو خواهد نشست؟!"

در ميان آن دوازده مريد بايد يك رقابت وجود مي داشته است. بايد سياست و جاه طلبي حاكم بوده باشد: كسي بالاتر است، كسي پايين تر و ديگري رييس! بايد رقابت بسيار، سياست هاي داخلي و زيرجرياني از خشونت و تهاجم وجود داشته باشد.

حتي با *مسيح* نيز فرد شروع مي كند به اميد بستن. اميد در شما بسيار عميق ريشه كرده است . هرچه كه گفته مي شود، آن را به يك اميد تبديل مي كنيد. شما يك مكانيسم توليد اميد هستيد و اين مكانيسم توليد اميد همان نفس است. پس چه بايد كرد؟ درواقع، كاري نبايد انجام شود. فقط به چشمان شفاف نياز داري: چشماني پذيرا تر ، چشماني نافذ تر. آنچه مورد نياز است، نگاهي تازه به خودت، به وجودت، به كارهايي كه مي كردي، به اميد بستن هايت. يك نگاه تازه. و من به شما مي گويم: در آن نگاه تازه، در آن نگاه معصوم، نفس خودش خواهد افتاد، به خودي خود.

اين آسان ترين پديده است، و در عين حال، دشوارترين پديده.

ولي خوب به ياد بسپاريد: من در شما اميد ايجاد نمي كنم.

# مركز گردباد

***پرسش دوم***

*اشو جان، در رابطه با آنچه كه اكنون گفتيد، ذن اصطلاحي دارد: تلاش بي تلاش.*
*آيا ممكن است در موردش با ما صحبت كنيد و اينكه اين چگونه در "مراقبه ي پويا"ي شما كاربرد دارد؟*

مراقبه پديده اي از انرژي است. يك نكته ي بسيار اساسي در مورد انواع انرژي ها بايد درك شود و اين قانون پايه است: انرژي در قطبيت هاي دوگانه حركت مي كند.

اين تنها راه حركت انرژي است، راه ديگري براي حركت آن وجود ندارد.

انرژي حركتي دوقطبي دارد.

براي اينكه انرژي پويا شود، قطب متضاد مورد نياز است.

درست مانند حركت الكتريسيته است كه با قطب هاي مثبت و منفي حركت مي كند. اگر قطب منفي وجود نداشته باشد، برق وجود نخواهد داشت، يا اگر قطب مثبت وجود نداشته باشد، برق وجود ندارد. به هر دو قطب نياز است.

و وقتي هردو قطب باهم ملاقات مي كنند، برق ايجاد مي كنند. آنوقت جرقه زده مي شود.

و اين براي تمام پديده ها صدق مي كند.

زندگي به جريان ادامه دارد: بين زن و مرد، قطبيت هست. زن انرژي منفي زندگي است ومرد قطب مثبت است.

اين ها دو پديده ي برقي هستند ، براي همين است كه چنين جاذبه اي وجود دارد.

اگر تنها مرد وجود داشت، زندگي ازبين مي رفت. اگر فقط زن وجود داشت، زندگي وجود نداشت، فقط مرگ وجود داشت.

بين زن و مرد يك تعادل وجود دارد. رودخانه ي زندگي، بين زن و مرد ، بين اين دو قطب، بين اين دو ساحل ، درجريان است.

هركجا كه نگاه كني، همان انرژي را خواهي ديد كه با حركت بين دو قطب به خودش تعادل مي دهد. در مراقبه، اين قطبيت بسيار بامعني است، زيرا ذهن منطقي است ، و زندگي ديالكتيكي است.

وقتي مي گويم ذهن منطقي است، يعني كه حركت آن خطي است. وقتي مي گويم زندگي ديالكتيكي است، يعني كه با ضد خودش در حركت است و در يك خط صاف حركت نمي كند. به صورت زيگزاگ از منفي به مثبت و از مثبت به منفي درحركت است.

حركت زندگي زيگزاگي است. از اضداد استفاده مي كند.

ذهن در يك مستقيم و ساده حركت مي كند. هرگز به ضد حركت نمي كند. ذهن منكر ضد است. فقط به يكي باور دارد و زندگي هردوضد را باور دارد.

بنابراين هرچه را كه ذهن خلق كند، هميشه يكي را انتخاب مي كند. اگر ذهن سكوت را انتخاب كند، اگر ذهن از تمام سروصداهايي كه زندگي ايجاد كرده به ستوه بيايد و تصميم بگيرد كه ساكت شود، آنوقت به *هيماليا* مي رود.

ذهن مي خواهد ساكت شود. نمي خواهد با هيچ نوع صدايي سروكار داشته باشد. حتي صداي پرندگان نيز او را مختل مي كند، حتي صداي نسيم كه در ميان درختان مي وزد برايش يك اختلال است.

ذهن سكوت را مي خواهد. ذهن آن خط را برگزيده است. اينك ضد آن بايد كاملاً انكار شود. ولي اين انساني كه در *هيماليا* زندگي مي كند، جوياي سكوت است، از ضد آن پرهيز كرده، موجودي بي جان است، بي ترديد خنگ خواهد شد. و هرچه بيشتر سكوت را انتخاب كند، خنگ تر خواهد شد ، زيرا زندگي به اضداد نياز دارد، چالش اضداد بايد وجود داشته باشد.

نوع ديگري از سكوت وجود دارد كه بين دو ضد وجود دارد.

نوع نخست سكوت مرده بود، سكوت قبرستان. يك انسان مرده ساكت است، ولي تو مايل نيستي انساني مرده باشي. انسان مرده مطلقاً ساكت است. هيچكس قادر نيست او را مختل كند. تمركز او كامل است!

نمي تواني كاري كني كه ذهنش را آشفته كني. ذهنش مطلقاً ثابت است. حتي اگر دنياي اطرافش مطلقاً شلوغ و ديوانه شود، او در تمركز خودش باقي خواهد ماند. ولي با اين وجود، تو مايل نيستي كه انساني مرده باشي.

چه براي سكوت و چه براي تمركز و يا هرچه كه آن را بخواني، تو مايل نيستي كه مرده باشي، زيرا وقتي كه آن سكوت در مرگ باشد، آن سكوت بي معني خواهد بود.

سكوت بايد وقتي روي بدهد كه تو مطلقاً زنده هستي، باانرژي و سرشار از حيات و انرژي هستي.

آنگاه سكوت معنا خواهد داشت. ولي آنگاه سكوت كيفيتي كاملاً متفاوت خواهد داشت.

آن سكوت بي جان نخواهد بود، زنده خواهد بود. تعادلي ظريف بين دو قطب خواهد بود.

آنگاه چنين انساني، كه جوياي تعادلي زنده است، يك سكوت زنده، مايل است هم به بازار برود و هم به *هيماليا*.

او مايل است به بازار برود تا از هياهوي آن لذت ببرد و همچنين مايل است به *هيماليا* برود تا از سكوت آنجا لذت ببرد. و او بين اين دو قطب متضاد تعادلي را ايجاد خواهد كرد و در آن تعادل باقي خواهد ماند.

و آن تعادل توسط تلاش هاي خطي به دست نخواهد آمد.

معني روش "تلاش بي تلاش" *ذن* همين است.

*ذن* از عبارات متناقض استفاده مي كند : تلاش بي تلاش. يا دروازه ي بي دروازه، يا راه بي راه.

*ذن* هميشه بلافاصله عبارات متناقض را به كار مي برد، فقط براي اينكه به تو اشاره كند كه اين روند ديالكتيكي خواهد بود، نه خطي.

قطب متضاد نبايد انكار شود، بلكه بايد جذب شود. قطب متضاد را نبايد كنار گذاشت، بلكه بايد به كار گرفت. اگر قطب مخالف را كنار بگذاري، هميشه برايت باري سنگين خواهد بود. هميشه به تو آويزان خواهد بود.

اگر از قطب مخالف استفاده نكني، خيلي چيزها را از دست خواهي داد.

انرژي مي تواند تبديل شود و مورد استفاده قار بگيرد. و سپس با استفاده از آن، تو زنده تر و بانشاط تر خواهي شد. قطب متضاد بايد جذب شود، آنگاه اين روندي ديالكتيكي خواهد بود.

بي تلاش بودن يعني اينكه تو هيچ كاري نمي كني: بي عملي، *آكارما* akarma .

تلاش يعني عمل بسيار، عمل كردن karma . هردو بايد وجود داشته باشند.

زياد كار كن، ولي عمل كننده نباش ، آنوقت هردو را به دست خواهي آورد.

در دنيا حركت كن، ولي بخشي از آن نباش.

در دنيا زندگي كن، ولي نگذار دنيا در تو زندگي كند.

آنگاه تضاد جذب شده است. آنگاه هيچ چيز را رد نمي كني و منكر هيچ چيز نيستي.

آنگاه خداوند در تماميتش مورد پذيرش قرار گرفته است.

و اين كاري است كه من مي كنم. "مراقبه پويا" يك تناقض است. پويا يعني تلاش، تلاش بسيار، تلاش مطلق.

و مراقبه يعني سكوت، بي هيچ تلاش، بي عملي. مي تواني آن را مراقبه ي ديالكتيكي بخواني.

چنان فعال باش كه تمام انرژي يك حركت شود و هيچ انرژي در تو ساكن نباشد. تمام انرژي فراخوانده شده و هيچ چيز پس نگه داشته نشده است. تمام بخش هاي يخ زده ي انرژي ذوب شده و جاري مي شوند.

اينك ديگر موجودي يخ بسته نيستي، پويا گشته اي. اينك ديگر همچون موجودي جامد نيستي، بيشتر شبيه انرژي شده اي. ديگر ماده نيستي، همچون برق شده اي. تمام انرژي را به كار بگير تا فعال و جاري باشي.

وقتي همه چيز در جريان باشد و تو يك گردباد شده باشي، آنگاه هشيار شو. به ياد بياور: آگاه باش ، و در اين گردباد ناگهان مركزي خواهي يافت كه مطلقاً ساكت است.

اينجا مركز گردباد است. اينجا تو هستي ، تو در الوهيت خودت، تو همچون يك خدا.

دراطراف تو همه فعاليت است. بدنت يك گردباد فعال شده است ، _ همه چيز سريع و سريع تر در حركت است.

تمام بخش هاي يخ بسته ذوب شده اند، تو جاري شده اي. يك آتشفشان شده اي، آتش، برق.

ولي درست در مركز، درميان تمام اين حركت ها، نقطه اي بي حركت وجود دارد، نقطه اي ساكن. اين نقطه ي ساكن را نبايد ايجاد كرد. وجود دارد!

نبايد در موردش هيچ كاري انجام دهي. هميشه آنجا بوده است. اين خود وجود توست، خود ذات و سرشت تو است.

اين همان چيزي است كه هندوها به آن *آتما* atma مي گويند: روح the soul.

اين مركز وجود دارد، ولي تازماني كه بدنت، تاوقتي كه وجود مادي تو كاملاً فعال نشود، از آن هشيار نخواهي شد.

همراه با فعاليت تمام، آن سكون تمام هويدا مي گردد. آن فعاليت يك زمينه ي متضاد contrast ايجاد مي كند.

يك تخته سياه مي شود و روي آن تخته سياه، نقطه اي سپيد وجود دارد. روي ديواري سپيد نمي تواني نقطه اي سپيد را ببيني. آن نقطه روي تخته سياه هويدا خواهد شد.

بنابراين، وقتي تمام بدن فعال، پويا و يك حركت مي گردد، ناگهان از آن نقطه كه ساكن است، مطلقاً بي حركت است، هشيار مي شوي: آن نقطه ي بي حركت در تمام آن دنياي پرحركت.

اين بي تلاش به دست مي آيد. براي آن نيازي به هيچ تلاش نيست. ابداً هيچ تلاشي لازم نيست، فقط آشكار مي شود.

در مورد پيرامون تلاش لازم است، ولي در مورد مركز، به تلاش نيازي نيست.

در پيرامون ، حركت و در مركز، سكون.

و در بين اين دو... اين قدري مشكل خواهد بود، زيرا شايد با آنچه كه هندو ها به آن *آتما* يا روح مي گويند هويت بگيري.

اگر با مركز كه ساكن است هويت بگيري، ممكن است بارديگر از بين اين دوتا يكي را انتخاب كني. شايد بازهم يكي را برگزيني و ديگري را رد كني.

يك اكتشاف بسيار ظريف شرقي وجود دارد و آن اين است: اگر با نقطه ي ساكن هويت بگيري، هرگز خداوند را نخواهي شناخت، خود را خواهي شناخت، ولي خداوند را هرگز نخواهي شناخت.

و سنت هاي بسياري وجود دارند، به ويژه *جين* ها Jains، كه زيادي با خود هويت گرفته اند ،بنابراين مي گويند كه خداوند وجود ندارد و خود، تنها خداي موجود است.

هندوها واقعاً عميقاً نفوذ كرده اند و در مورد اين نقطه ي ساكن و فعاليت اطراف آن مي گويند كه يا تو هردو هستي و يا هيچكدام. يا هردوهستي و يا هيچيك!

هردو يك معني دارند. اين ها دو قطب هستند.

اين ها دو قطب ديالكتيكي هستند: *تز* و *آنتي تز*.

اين ها آن دو ساحل هستند و تو جايي بين او دو كناره قرار داري ، نه حركت مي كني و نه ثابت هستي.

اين فراسوي غايي است. اين چيزي است كه هندوها به آن *براهما* مي گويند.

تلاش و بي تلاشي، حركت و سكون، عمل و بي عملي، ماده و روح ،_ اين ها دو كناره هستند. و آن نامريي در ميان اين دوكناره جاري است.

اين دو مريي هستند و نامريي بين اين دو جاري است ، آن تو هستي.

*اپانيشاد* مي گويد: *تتوام آسي سوتكتو* Tattwamasi Swetketu: آنچه كه بين اين دو ساحل جاري است، آنچه كه ناديدني است، آنچه كه واقعا دربين اين دو يك تعادل ظريف است، آن تو هستي.

آن را *براهما*، خود غايي خوانده اند.

به يك تعادل بايد دست يافت و آن تعادل فقط وقتي مي تواند به دست آيد كه تو از هردو قطب استفاده كرده باشي. اگر فقط يكي را به كار بگيري، مرده مي شوي. بسياري چنين كرده اند ، حتي تمام جوامع مرده شده اند.

براي هندوستان چنين رخ داده است. اگر يكي را انتخاب كني، آنگاه عدم تعادل و افراط روي خواهد داد.

در هندوستان، در شرق چنين رخ داده است كه آن بخش ساكت، آن نقطه ي ساكن انتخاب شده و آن بخش فعال انكار شده است. بنابراين تمام شرق خرفت شده است. آن تيزبودن ازبين رفته است: آن تيزبودن هوشمندي، آن تيزبودن نشاط جسماني، همه چيز ازدست رفته است. شرق بيشتر و بيشترخنگ و زشت شد، گويي كه زندگي فقط باري سنگين است كه بايد به نوعي حمل شود و سپس انداخته شود، وظيفه اي است كه بايد انجام گيرد و *كارما*يي است كه بايد از آن رنج برد ،_ نه يك خوشي، نه يك رقص پرحرارت، بلكه حركتي گنگ و سنگين.

و اين تبعات خودش را داشت. شرق ضعيف شد، زيرا كه با آن نقطه ي ساكن، نمي تواني براي مدت هاي زياد، براي هميشه قوي بماني. قدرت به حركت نياز دارد، قدرت به فعاليت نياز دارد. اگر فعاليت را منكر شوي، قدرت ازبين خواهد رفت. شرق عضلاتش را كاملاً از دست داد، بدن بي رمق شد.

بنابراين هركس كه ميلش مي كشيد، مي توانست شرق را فتح كند. براي هزاران سال، بردگي تنها تقدير شرق بود. هركسي كه فقط فكر برده ساختن ديگران را درسر داشتن به سمت شرق روي مي آورد.

شرق هميشه آماده ي فتح شدن بود، زيرا ذهن شرقي يك نقطه را دربرابر قطب مخالفش برگزيده بود. شرق ساكت شد، ولي همچنين مرده و خنگ نيز شد.

اين نوع سكوت هيچ ارزشي ندارد.

در غرب ضد اين رخ مي دهد. در جوامع ديگر نيز رخ داده بود. آنان بخش فعال را، پيرامون را انتخاب كردند و پنداشتند كه روحي وجود ندارد. آنان فكر كردند كه همه چيز همين فعاليت است و فعال بودن و خوش بودن و كسب كردن و جاه طلب بودن و فاتح بودن تمام زندگي را تشكيل مي دهد.

نتيجه ي غايي اين، ديوانگي بيشتر و بيشتر در غرب خواهد بود ، زيرا بدون آن نقطه ي ساكن، نمي تواني سالم باقي بماني. ديوانه خواهي شد.

فقط با آن نقطه ي ساكن، نمي تواني زنده بماني و بي جان مي شوي؛ فقط با آن بخش فعال، ديوانه خواهي شد.

مردماني كه به جنون كشيده شده اند، چه برسرشان آمده است؟

آنان تمام تماسشان را با آن نقطه ي ساكن خودشان از دست داده اند. ديوانگي آنان همين است.

غرب در شرف تبديل شدن به يك تيمارستان بزرگ است. مردمان بيشتر و بيشتري تحت درمان هاي رواني قرار مي گيرند و مردمان بيشتر و بيشتري راهي تيمارستان ها مي شوند.

و آنان كه بيرون از تيمارستان هستند، نه به اين سبب كه سلامت رواني دارند بيرون هستند، بلكه فقط به اين دليل كه نمي توان اينهمه مردم را در تيمارستان نگه داشت ،_ وگرنه تمام جامعه بايد در زندان نگه داشته شود.

آنان طبيعي هستند، در حد مورد قبولي طبيعي هستند. ولي روانشناسي غربي مي گويد كه اينك مشكل است بتوان گفت كه يك انسان طبيعي است. وشايد حق با آنان باشد. در غرب چنين اتفاقي افتاده است: هيچ انساني طبيعي نيست.

فعاليت تنها توليد ديوانگي مي كند ،_ تعادل ناممكن مي شود.

تمدن هاي فعال در پايان ديوانه شده اند. تمدن هاي غيرفعال بي جان شده اند.

اين براي جوامع رخ مي دهد، اين براي افراد رخ مي دهد.

به نظر من، تعادل همه چيز است. انتخاب نكن. رد نكن. هردو را بپذير ، و يك تعادل دروني ايجاد كن.

"مراقبه ي پويا" تلاشي است براي اين تعادل.

فعال هستي: از آن لذت ببر، مشعوف باش، تماماً با آن باش.

سپس ساكت هستي: از آن لذت ببر و شعف آن را احساس كن.

تا حد ممكن بين اين دو حركت كن و هيچ انتخابي درست نكن.

نگو كه من اين هستم يا آن. هويت نگير.

بگو: من هردو هستم. از نقض كردن خودت نترس. نقض كن، *هردوباش*، و به آساني حركت كن.

و وقتي اين را مي گويم، بدون قيدوشرط مي گويم ، نه تنها براي فعاليت و سكون.

اين شامل تمام چيزهاي متناقض كه آن ها را "خوب وبد" يا "الهي و شيطاني" مي خوانيم نيز مي شود.

هميشه به ياد داشته باش: كناره ها در همه جا وجود دارند،

و اگر مايلي يك رودخانه باشي، از هردو كناره استفاده كن ، بدون قيد وشرط.

نگو: چون فعال بودم، چگونه مي توانم غيرفعال باشم؟

نگو: چون غيرفعال بودم، حالا چگونه فعال باشم؟

نگو: من اينم، چگونه مي توانم آن باشم؟

تو *هردو* هستي و نيازي به انتخاب كردن نيست.

تنها چيزي كه بايد به ياد داشته باشي اين است كه بين اين دو تعادل داشته باشي.

آنوقت به وراي هردو مي روي. آنوقت به فراسوي اهريمن و الوهيت مي روي. وقتي كه به وراي هردو رفتي، آن *براهما* است.

*براهما* هيچ قطب مخالفي در برابرش ندارد، زيرا او فقط تعادلي است بين قطبيت ها. هيچ قطب متضادي ندارد.

در زندگي تاحد امكان آزادانه حركت كن. و تا حد ممكن از قطب ها، از دو كناره استفاده كن. هيچ تضادي ايجاد نكن. اين ها متضاد نيستند ، فقط متناقض به نظر مي آيند. در عمق، يگانه هستند.

درست مانند دو پاي تو هستند: راست و چپ. هم از پاي راست استفاده مي كني و هم از پاي چپ. وقتي كه پاي راست را بلند مي كني، پاي چپ روي زمين منتظر است و كمك مي كند. به يكي معتاد نشو.

راستگرا يا چپگرا نباش. هردو پا متعلق به تو است و انرژي تو در هردوپا جريان دارد ، _ تقسيم نشده است!

آيا تاكنون احساس كرده اي كه پاي راستت يك انرژي دارد و پاي چپت انرژي ديگري دارد؟ *تو* در هردو جريان داري. چشمانت را ببند: راست ازبين مي رود و چپ از بين مي رود. هردو تو هستند و وقتي راه مي روي، مي تواني از هردو استفاده كني.

هردو را به كار بگير! اگر به پاي راست معتاد شوي، همانطور كه بسياري از مردم شده اند، آنوقت فلج خواهي شد، نمي تواني از پاي چپ استفاده كني.

آنگاه مي تواني بايستي، ولي فلج خواهي بود، و رفته رفته بي جان خواهي گشت.

حركت كن و پيوسته آن ساكن را به ياد بياور.

عمل كن و پيوسته آن را كه بي عمل است به ياد بياور.

تلاش كن و بي تلاش باقي باش.

وقتي كه اين راز كيمياگري را شناختي ،استفاده از قطب هاي به ظاهر متناقض را ، آزاد خواهي بود.

وگرنه، يك زندان دروني خواهي آفريد.

مردمي هستند كه نزد من مي آيند و مي گويند: چگونه چنين كنم، قبلاً هرگز چنين نكرده ام.

همين ديروز شخصي نزد من آمد و گفت، "چگونه مراقبه ي با حركت انجام دهم؟

زيرا سال هاست كه در سكوت مي نشينم و مراقبه مي كنم."

او انتخاب كرده است ، و به جايي نرسيده است. وگرنه نيازي نبود نزد من بيايد. ولي او نمي تواند مراقبه ي همراه با حركت انجام دهد، زيرا كه با يك حالت غيرفعال هويت گرفته است.

اين يخ زدن است.

بيشتر فعال شو و بگذار زندگي جريان پيدا كند.

زماني كه دانستي در بين اين دو يك تعادل ممكن هست، زماني كه لمحه اي از آن را ديدي، آنگاه اين هنر را خواهي شناخت.

آنگاه در هركجا از زندگي، در هر بعدي از حيات، مي تواني به آساني به تعادل دست بيابي.

درواقع، گفتن اينكه دست پيدا مي كني، مناسب نيست.

زماني كه قلق آن را شناختي، هركاري كه انجام دهي، آن تعادل همچون سايه اي تو را دنبال خواهد كرد.

اين تعادل دروني بين قطب هاي متضاد، مهم ترين چيزي است كه مي تواند براي يك انسان رخ بدهد.

# انداختن نفس، همين حالا

## *صبح پنجم*

## *14 مي 1974*

### *پرسش اول*

*اشو جان، مي گوييد كه نفس در همين لحظه مي تواند انداخته شود.*

*آيا نفس مي تواند به تدريج هم انداخته شود؟*

انداختن نفس هميشه در لحظه رخ مي دهد و هميشه در همين لحظه.

هيچ روند تدريجي و پيشرونده اي برايش وجود ندارد.

نمي تواند وجود داشته باشد. آن رخداد، لحظه اي است.

نمي تواني برايش آمادگي پيدا كني، نمي تواني برايش تهيه ببيني، زيرا هركاري كه انجام دهي ، و مي گويم *هركاري* ، نفس را تقويت خواهد كرد.

هر روند تدريجي، يك تلاش خواهد بود، كاري كه از سوي تو انجام مي گيرد.

بنابراين توسط آن بيشتر و بيشتر تقويت خواهي شد. قدرتمندتر خواهي شد.

هرچيز تدريجي به نفس كمك خواهد كرد.

فقط چيزي مطلقاً غيرتدريجي، چيزي مانند يك جهش، نه همچون يك روند، چيزي كه با گذشته مرتبط نباشد ، نه اينكه ادامه ي آن باشد ، فقط آنگاه نفس دورانداخته مي شود.

مشكل اينجاست كه ما نمي توانيم درك كنيم كه اين نفس چيست؟

نفس همان گذشته است، پيوستگي با گذشته است: هرآنچه كه انجام داده اي، هرآنچه كه انباشته اي، تمام كردارها karmas، تمام شرطي شدگي ها، تمام اميال، تمام روياهاي گذشته.

تمام اين گذشته يعني نفس. و اگر به روندي تدريجي بينديشي، گذشته را وارد مي كني.

انداختن نفس، تدريجي نيست، ناگهاني است. يك قطع رابطه است ، گذشته ديگر وجود ندارد، آينده ديگر وجود ندارد. تو در اينك و اينجا تنها مانده اي. آنوقت نفس نمي تواند وجود داشته باشد.

نفس فقط مي تواند توسط خاطره وجود داشته باشد: تو كيستي؟ از كجا آمده اي؟ به كي تعلق داري؟ كشور، نژاد، مذهب، خانواده، سنت، هرآنچه كه رنجت مي دهد، تمام زخم ها و تمام لذت ها ، تمام چيزهايي كه به گذشته تعلق دارند.

هرآنچه که رخ داده است، همان نفس است. و تو کسي هستي که تمام اين ها برايش اتفاق افتاده است.

اين تمايز بايد درك شود: تو کسي هستي که تمام اين چيزها برايش اتفاق افتاده و نفس آن چيزهايي است که رخ داده.

نفس در اطراف تو است. تو در مرکز قرار داري: بدون نفس.

يك کودك مطلقاً تازه و شاداب زاده مي شود ، _ نه گذشته اي و نه نفسي.

براي همين است که کودکان بسيار زيبا هستند. آنان گذشته اي ندارند. تازه و شاداب هستند.

آنان نمي توانند بگويند "من"، زيرا اين "من" را از کجا خواهند آورد؟

آن "من" بايد به تدريج شکل بگيرد. آنان تحت آموزش قرار مي گيرند، پاداش مي گيرند و تنبيه مي شوند، تحسين و سرزنش مي شوند ، سپس آن "من" شکل خواهد گرفت.

زيبايي کودك به اين دليل است که نفس ندارد. يك انسان سالخورده به اين دليل زشت نمي شود که سن زياد دارد، بلکه به سبب گذشته ي زياد و نفس زيادش است که زشت مي شود. يك انسان سالخورده اگر بتواند نفسش را بيندازد، مي تواند بارديگر زيبا شود، حتي زيباتر از يك کودك.

آنگاه يك کودکي دوم، يك زايش مجدد وجود دارد.

معني رستاخيز *مسيح* همين است. اين يك واقعيت تاريخي نيست، يك تمثيل است. مسيح به صليب کشيده مي شود و سپس رستاخيز مي يابد. آن مردي که به صليب کشيده شده ديگر وجود ندارد. او فرزند يك نجار بود، *عيسي Jesus*.

اينك عيسي مرده است، به صليب کشيده شده. يك هويت جديد از اين بيرون آمده است. از اين مرگ يك زندگي تازه بيرون آمده است. اين *مسيح* Christ است: نه آن پسر نجار در *بيت اللحم*، نه يك يهودي، نه حتي يك مرد. اين *مسيح* است ، موجودي جديد، بي نفس.

و هرگاه نفس تو روي صليب قرار بگيرد، همين اتفاق براي تو نيز خواهد افتاد.

هرگاه نفست مصلوب شود، يك رستاخيز، يك تولد دوباره صورت خواهد گرفت.

بار ديگر متولد خواهي شد. و اين کودکي، جاودان است، زيرا که اين تولدي روحاني است، نه جسماني.

اينك هرگز پير نخواهي شد. هميشه و هميشه تازه و شاداب خواهي بود ، تازه همچون شبنم هاي بامدادي، تازه همچون نخستين ستاره ي شامگاهي.

هميشه تازه و شاداب، چون يك کودك، معصوم باقي مي ماني ، زيرا اين رستاخيز روح است.

اين هميشه در يك لحظه رخ مي دهد.

نفس يعني زمان ، هرچه زمان بيشتر، نفس بيشتر.

نفس نيازمند زمان است. اگر عميقاً نفوذ كني، حتي قادر خواهي بود ببيني كه زمان فقط به دليل نفس وجود دارد. زمان بخشي از دنياي فيزيكي اطراف تو نيست، بخشي از دنياي رواني درونت است، دنياي ذهن.

زمان فقط همچون يك فضا براي تكامل و رشد نفس وجود دارد.

نفس نياز به فضا دارد ، زمان اين را در اختيارش مي گذارد.

اگر به تو گفته شود كه اين آخرين لحظه ي عمرت است و لحظه ي بعد تو را با گلوله خواهند كشت، ناگهان زمان ازبين مي رود. بسيار ناراحت خواهي شد. هنوز زنده هستي، ولي ناگهان احساس مي كني كه در حال مردن هستي. و نمي تواني فكر كني كه چه كني. حتي فكركردن نيز مشكل خواهد شد، زيرا حتي براي فكركردن نيز به زمان نياز است، آينده مورد نياز است.

فردايي وجود ندارد، پس كجا فكر كني، چگونه آرزو كني، چگونه اميدوار باشي؟

زمان وجود ندارد، زمان تمام شده است.

بزرگترين رنجي كه مي تواند براي يك انسان رخ بدهد اين است كه زمان مرگش تثبيت شده باشد و او نتواند از آن اجتناب كند.

انساني كه در زندان به مرگ محكوم شده و منتظر تاريخ اعدامش است، هيچ كاري نمي تواند بكند ، مرگش قطعي است، پس از يك مدت مشخص، خواهد مرد. وراي آن تاريخ، فردايي برايش نيست. اينك نمي تواند آرزو كند، نمي تواند فكر كند، نمي تواند فرافكني كند، حتي نمي تواند رويا ببيند. آن مانع هميشه وجود دارد.

آنوقت رنج بسيار به دنبال خواهد آمد. آن رنج مال نفس است، زيرا نفس نمي تواند بدون زمان زندگي كند.

نفس در زمان تنفس مي كند. زمان براي نفس همچون هواست.

پس هرچه زمان بيشتري باشد، نفس امكان وجود بيشتري دارد.

در شرق براي درك نفس كارهاي زيادي صورت گرفته است وتحقيقات بسيار شده است.

و يكي از يافته ها اين است كه تا زماني كه زمان از تو انداخته نشود، نفس انداخته نخواهد شد.

اگر فردا وجود داشته باشد، نفس وجود خواهد داشت. اگر فردا وجود نداشته باشد، نفس را چگونه پيش خواهي برد؟

درست مانند راندن قايقي بدون رودخانه است. باري سنگين خواهد بود.

به يك رودخانه نياز است، آنوقت قايق مي تواند عمل كند.
براي نفس به رودخانه ي زمان نياز است. براي همين است كه نفس هميشه درفكر تدريجي شدن و مرحله اي بودن است. نفس مي گويد: "خوب، اشراق ممكن است ، ولي نياز به زمان است زيرا بايد برايش كار كنم، آماده شوم، تهيه ببينم."
و اين حرفي بسيار منطقي است! براي همه چيز به زمان نياز است. اگر تخمي را مي كاري، براي روييدن درخت به زمان نياز است. اگر نوزادي قرار است به دنيا بيايد، به زمان نياز است. رحم نيازمند زمان است، كودك بايد در آن رشد كند. براي رشد هر چيز نياز به زمان است.
بنابراين منطقي به نظر مي آيد كه براي رشد روحاني نيز زمان لازم باشد.
ولي نكته اي كه بايد درك شود اين است:
رشد روحاني واقعاً رشدي همچون رشد يك دانه نيست. دانه براي درخت شدن بايد رشد كند. بين دانه و درخت يك فاصله وجود دارد. اين فاصله بايد پيموده شود، يك مسافت وجود دارد.
ولي انسان همچون يك دانه رشد نمي كند. *تو پيشاپيش همان رشد هستي*. اين فقط يك آشكارشدن revelation است. مسافتي بين آنچه كه اكنون هستي و آنچه كه خواهي بود وجود ندارد. هيچ فاصله اي نيست! آن موجود آرماني، آن موجود كامل پيشاپيش در تو هست.
ببابراين واقعاً مسئله ي رشد نيست، بلكه مسئله برداشتن حجاب است.
اين يك اكتشاف است. چيزي پنهان است ، تو پرده را برمي داري، و آنجا وجود دارد.
درست مثل اين است كه با چشمان بسته نشسته اي و خورشيد در افق دميده است، ولي تو در تاريكي هستي.
ناگهان چشمانت را باز مي كني و روز است، نور وجود دارد.
رشد روحاني واقعاً يك رشد نيست. اين واژه اي غلط است.
رشد روحاني يك آشكارشدن است. چيزي كه پنهان بوده، پديدار مي شود.
چيزي را كه از قبل وجود داشته، تشخيصش مي دهي كه وجود دارد.
چيزي را كه هرگز از دست نداده بودي، فقط ازياد برده بودي، به ياد مي آوري.
براي همين است كع عارفان پيوسته از واژه ي "يادآوري" استفاده مي كنند.
مي گويند كه الوهيت يك دستاورد نيست، فقط يك يادآوري است.
چيزي را كه فراموش كرده بودي، به ياد مي آوري.

واقعاً، به زمان نيازي نيست. ولي ذهن مي گويد، نفس مي گويد كه براي همه چيز به زمان نياز است، براي رشد هر چيز نياز به زمان است. و اگر قرباني اين فكر منطقي شوي، آنگاه هرگز نخواهي رسيد. آنگاه پيوسته به تعويق مي اندازي. خواهي گفت فردا و فردا و فردا. و هرگز رخ نخواهد داد زيرا كه فردا هرگز نمي آيد.

اگر بتواني آنچه را كه مي گويم بفهمي، كه نفس همين حالا مي تواند انداخته شود، و اگر اين درست باشد، آنوقت اين پرسش برمي خيزد:" پس چرا نمي افتد؟" چرا نمي تواني آن را بيندازي؟ اگر مسئله ي رشد تدريجي وجود ندارد، پس چرا آن را نمي اندازي؟ زيرا تو نمي خواهي آن را بيندازي.

اين تو را تكان خواهد داد، زيرا تو پيوسته فكر مي كني كه مي خواهي آن را بيندازي. دوباره در موردش فكر كن.

بار ديگر بينديش: تو نمي خواهي كه نفس را بيندازي، براي همين است كه ادامه دارد.

مسئله ي زمان در ميان نيست. چون تو مايل نيستي نفس را بيندازي، هيچ كاري نمي توان كرد.

و روش هاي ذهن اسرارآميز هستند. تو فكر مي كني كه مي خواهي نفس را بيندازي، و در اعماق، خوب مي داني كه نمي خواهي آن را بيندازي. شايد بخواهي كه قدري بيشتر آن را جلا دهي و براق كني، شايد بخواهي كه قدري بيشتر پالايش يابد، ولي واقعاً نمي خواهي كه آن را رها كني.

اگر بخواهي كه رهايش كني، *هيچكس* وجود ندارد كه مانع شود. هيچ مانعي وجود ندارد.

فقط با خواستن مي تواند بيفتد. ولي اگر نخواهي كه آن را بيندازي، هيچ كاري نمي توان كرد.

حتي اگر هزار *بودا* نيز روي تو كار كنند، شكست خواهند خورد، زيرا از بيرون هيچ كاري نمي توان كرد.

واقعاً، آيا در مرودش فكر كرده اي؟ آيا هيچگاه روي اين موضوع تعمق كرده اي كه آيا مي خواهي آن را بيندازي؟

آيا واقعاً ميل داري كه يك ناموجود a non-being، يك هيچي a nothing شوي؟

حتي در فرافكني هاي مذهبيت، دلت مي خواهد كسي باشي، مي خواهي به چيزي برسي، به جايي برسي، چيزي باشي. حتي وقتي به فروتن بودن فكر مي كني، فروتني تو، تواضعت فقط يك مكان سري براي پنهان شدن نفس است

و نه هيچ چيز ديگر.

به مردمان به اصطلاح متواضع نگاه كن: مي گويند كه تواضع دارند و سعي مي كنند كه اثبات كنند كه متواضع ترين فرد در محله يا شهر خودشان هستند ، متواضع ترين! و اگر با ايشان بحث كني و بگويي "نه، ديگري از تو بيشتر فروتن است،" احساس رنجش مي كنند. چه كسي آزرده مي شود؟

چندي پيش كتابي در مورد يك قديس مسيحي مي خواندم. او هر روز صبح در دعايش به خداوند چنين مي گويد:

"من *بد كارترين* شخص روي زمين هستم، *بزرگترين* گناهكارم!"

ظاهراً بايد شخصي بسيار متواضع باشد، ولي نيست. او مي گويد: "***بزرگترين*** گناهكار روي زمينم!"

و اگر خداوند نيز با او موافق نباشد، او با خدا نيز بحث خواهد كرد!

علاقه، آن علاقه ي عميق، در *بزرگترين بودن* است، نه در گناهكاربودن.

مي تواني يك گناهكار باشي، مي تواني از آن لذت ببري. ولي *بزرگترين* گناهكار! اين تو را به اوج مي رساند.

فضيلت و گناه اهميتي ندارد: دليلش هرچه باشد، نفس تو بايد در آن بالا باشد.

چنين گزارش شده كه *جورج برنارد شاو* گفته است:

" من ترجيح مي دهم كه نفر اول در جهنم باشم تا نفر دوم در بهشت!"

اگر بتواني نفر اول و بالاتر از همه باشي، حتي جهنم هم مكان بدي نيست! اگر فقط در صف بهشت منتظر باشي و كسي نباشي، حتي بهشت هم چندان جذاب نيست! و *برنارد شاو* حق دارد، ذهن انسان اينگونه عمل مي كند.

هيچكس مايل نيست نفس را بيندازد. وگرنه، مشكلي وجود ندارد ، مي تواني به سادگي همين حالا آن را بيندازي.

و اگر احساس مي كني كه به زمان نياز داري، آنوقت زمان فقط براي اين مورد نياز است كه تو اين را درك كني كه به نفس چسبيده اي.

و در همان لحظه كه درك كني كه مشكل، فقط چسبيدن تو است، آن چيز رخ خواهد داد.

شايد زندگاني هاي بسيار لازم باشد تا تو اين واقعيت ساده را درك كني.

تاهمين حالا نيز زندگاني هاي بسياري را طي كرده اي و هنوز هم درك نكرده اي.

اين به نظر بسيار عجيب مي آيد: چيزي وجود دارد كه باري سنگين است و تو را به جهنم مي كشاند، جهنمي هميشگي، ولي تو هنوز به آن چسبيده اي. بايد دليلي بسيار عميق برايش باشد، دليلي كه بسيار ريشه دار است.

مايلم قدري در موردش حرف بزنم. شايد هشيار شويد.

ذهن انسان چنين عمل مي كند كه به جاي مشغول نبودن، هميشه مشغول بودن را انتخاب مي كند. حتي اگر آن مشغوليت دردناك باشد، حتي اگر عذاب آور باشد، ذهن هميشه ترجيح مي دهد كه مشغول باشد تا اينكه هيچ مشغوليتي نداشته باشد ، زيرا بدون هيچ مشغوليتي، اين احساس در تو شروع مي شود كه در حال محوشدن هستي.

روانشناس ها مي گويند كه وقتي مردم بازنشسته مي شوند و ديگر سرگرم كارها و خدمات يا تجارت خودشان نيستند، زودتر مي ميرند. طول عمر آنان بي درنگ ده سال كوتاه تر مي شود. پيش از اينكه بميرند، شروع به مردن مي كنند. ديگر مشغوليتي وجود ندارد، آنان بدون مشغوليت هستند.

وقتي كه مشغوليتي نداري، احساس بي معني بودن و عبث بودن مي كني، احساس مي كني كه مورد نياز نيستي

و دنيا بدون تو به آساني به كارش ادامه مي دهد. وقتي كه مشغول هستي، احساس مي كني كه دنيا بدون تو نمي تواند ادامه داشته باشد و تو بخشي بسيار اساسي از دنيا هستي، بسيار مهم هستي و بدون تو همه چيز متوقف خواهد شد.

اگر مشغول نباشي، ناگهان هشيار مي شوي كه دنيا بدون تو به قشنگي ادامه دارد. هيچ چيز تغيير نكرده است. تو دورانداخته شده اي. روي انبوه زباله ها پرتاب شده اي. نيازي به تو نيست. لحظه اي كه احساس كني مورد نياز نيستي، نفس بي قرار مي شود.

زيرا نفس فقط وقتي وجود دارد كه تو مورد نياز باشي.

بنابراين در همه جا، نفس اين رفتار را بر همه تحميل مي كند: تو يك موجود واجب هستي، مورد نياز هستي، بدون تو هيچ اتفاقي رخ نمي دهد، بدون تو دنيا ازبين خواهد رفت.

وقتي مشغوليتي نداشته باشي، به اين تشخيص مي رسي كه بازي ادامه دارد. تو بخش مهمي نيستي. مي تواني به آساني دورانداخته شوي. هيچكس متوجه نبودن تو نيست، كسي به تو فكر نمي كند.

برعكس، ديگران از نبود تو احساس راحتي مي كنند. اين نفس را درهم مي شكند.

بنابراين مردم خواهان مشغوليت هستند، هرچه كه باشد مهم نيست، فقط بايد مشغول كاري باشند.

بايد به اين توهم ادامه دهند كه مورد نياز هستند.

مراقبه حالت بي مشغوليتي ذهن است. يك بازنشستگي عميق است. همچون رفتن به *هيماليا*، فقط يك بازنشستگي سطحي نيست. شايد اين يكي ابداً بازنشستگي نباشد، زيرا بارديگر مي تواني در *هيماليا* نيز مشغوليت داشته باشي.

مي تواني در آنجا تخيل كني كه دنيا را نجات مي دهي. با نشستن در *هيماليا* و مراقبه كردن، از جنگ جهاني سوم جلوگيري مي كني؛ يا اينكه چنان موجي خلق مي كني كه دنيا به مدينه ي فاضله مي رسد و جامعه آرام مي گيرد!

و مي تواني از اين مشغوليت در آنجا لذت ببري.

هيچكس با تو مباحثه نمي كند، زيرا كه تنها هستي.

هيچكس اين واقعيت را به تو نخواهد گفت كه در توهم به سر مي بري.

بار ديگر نفس به شيوه اي ظريف و جديد خودش را تثبيت مي كند.

مراقبه يك كناره گيري سطحي نيست. يك كناره گيري عميق، صميمانه و واقعي است، يك بازنشستگي از مشغوليت ها.

چنين نيست كه تو به كاري نخواهي پرداخت، مي تواني هركاري را كه داري ادامه بدهي،

ولي خودت را كنار مي كشي و سرمايه گذاري در مشغوليت را كنار مي گذاري.

اينك شروع مي كني به احساس كردن اين واقعيت كه اينهمه شوق مدام براي موردنيازبودن احمقانه است.

دنيا مي تواند بدون تو نيز به خوبي ادامه داشته باشد. و بي تو افسرده نخواهد شد.

اشكالي ندارد، اينكه دنيا مي تواند بدون تو ادامه داشته باشد خوب است.

اگر بتواني اين نكته را درك كني، اين يك آزادي است. اگر درك نكني، آنوقت احساس درهم شكسته شدن خواهي كرد.

بنابراين مردم به مشغوليت ادامه مي دهند و نفس بزرگترين مشغوليت ممكن را به آنان مي بخشد. نفس مشغوليتي بيست وچهار ساعته به آنان مي دهد. آنان فكر مي كنند كه چگونه نماينده ي مجلس شوند. فكر مي كنند چگونه معاون وزير شوند، چگونه وزير و نخست وزير شوند. و چگونه رييس جمهور شوند. نفس ادامه مي دهد و ادامه مي دهد.

يك مشغوليت دايمي به تو مي دهد ، چگونه به ثروت بيشتري برسي، چگونه يك پادشاهي بنا كني.

نفس به تو روياها را مي بخشد، يك مشغوليت پيوسته در درون.

وتو احساس مي كني كه اتفاقات بسياري رخ مي دهد.

بدون مشغوليت، تو ناگهان از تهي بودن درون هشيار مي شوي.

آن روياها اين تهياي درون را پر مي كنند.

اينك روانشناس ها مي گويند كه انسان مي تواند بدون غذا دست كم تا نود روز زنده باشد، ولي بدون رويا نمي تواند

تا نود روز زنده بماند، ديوانه خواهد شد. اگر رويادیدن مجاز نباشد، ظرف سه روز ديوانه خواهي شد.

بي غذايي در سه هفته به تو آسيبي نخواهد زد ، شايد حتي براي سلامتي خوب باشد.

سه هفته غذانخوردن، يك روزه ي خوب مي تواند تمام بدنت را تر وتازه كند. سرزنده تر و جوان تر خواهي شد.

ولي سه هفته بدون رويادیدن..... ديوانه خواهي شد.

رويادیدن نيازي بسيار عميق و ريشه دار را ارضا مي كند. و آن نياز اين است كه به تو مشغوليت مي بخشد ، بدون هيچ مشغوليت واقعي، تو را مشغول مي دارد. مي تواني بنشيني و رويا ببيني و هركاري دلت خواست انجام دهي و تمام دنيا بر اساس تو ،دست كم براساس روياهايت ، حركت خواهد كرد. كسي مزاحمت نيست.

مي تواني هركسي را كه دلت خواست به قتل برساني. مي تواني آنطور كه دلت بخواهد تغيير كني.

در آنجا تو ارباب هستي.

نفس درحال رويادیدن، بيشترين سرزندگي را دارد، زيرا كسي در آنجا با تو مخالف نيست كه بگويد: "نه، اين اشتباه است." تو تك و تنها هستي.

هرچه بخواهي خلق مي كني. هرچه را كه نخواهي، ازبين مي بري. تو مطلقاً قدرتمند هستي.

در روياهايت قدرت مطلقه داري. روياها فقط وقتي مي افتند كه نفس بيفتد.

نشاني واقعي اين است، در متون باستاني *يوگا*، علامت اينكه انساني واقعاً به اشراق رسيده اين است كه نمي تواند رويا ببيند. رويادیدن متوقف مي شود، زيرا كه ديگر نيازي نيست. آن يك نياز نفس بود.

تو مي خواهي مشغول باشي، براي همين است كه نمي تواني نفس را بيندازي.

تازماني كه آماده ي خالي بودن و مشغول نبودن نباشي، تاوقتي كه آماده نباشي كه كسي نباشي، تازماني كه آماده نباشي حتي اگر مورد نياز نباشي، از زندگي لذت ببري و آن را جشن بگيري، نفس نمي تواند بيفتد.

تونيازي داري كه مورد نياز باشي.

كسي بايد محتاج تو باشد ، آنوقت احساس خوبي داري. اگر مردمان بيشتر و بيشتري به تو نياز داشته باشند، احساس بهتر و بهتري خواهي داشت. براي همين است كه رهبري كردن لذت بسيار دارد، زيرا مردم زيادي به تو نياز دارند.

يك رهبر مي تواند بسيار متواضع شود. نيازي به اعلام كردن نفسش ندارد. نفس او پيشاپيش عميقاً ارضا شده است، زيرا مردمان بسياري به او نياز دارند و به او متكي هستند. او براي عده زيادي زندگي شده است ، مي تواند متواضع باشد، از عهده ي اين بر مي آيد.

بايد اين واقعيت را به ياد داشته باشيد كه مردمي كه بسيار زياد خودنمايي مي كنند، هميشه كساني هستند كه نمي توانند ديگران را تحت تاثير قرار دهند. آنوقت پيوسته خودشان را نشان مي دهند، زيرا اين تنها راهي است كه مي توانند بگويند: من كسي هستم.

اگر بتوانند مردم را تحت تاثير قرار دهند، اگر بتوانند ديگران را ترغيب كنند، آنگاه هرگز خودنمايي نمي كنند.

بسيار فروتن خواهند بود ، دست كم در ظاهر.

به نظر نفساني نمي رسند، زيرا به نوعي ظريف، افراد زيادي به آنان متكي هستند، آنان اهميت پيدا كرده اند، زندگي آنان به نظرشان بامعني مي آيد.

اگر معناي وجود تو نفس تو باشد، اگر اهميت تو در نفست باشد، چگونه مي تواني آن را بيندازي؟

با شنيدن سخنان من، شروع مي كني به فكركردن براي دورانداختن نفس. ولي فقط با فكركردن قادر نيستي آن را بيندازي. بايد ريشه هاي آن را درك كني ، كجاست، چگونه وجود دارد، چرا وجود دارد.

اين ها نيروهاي ناخودآگاه هستند كه بدون آگاهي تو در درونت عمل مي كنند. آن ها بايد به آگاهي بيايند و بايد تمام ريشه هاي نفس را از زير خاك و زمين بيرون بياوري تا بتواني نگاه كني و ببيني.

اگر بتواني بدون مشغوليت باقي باشي، اگر بتواني بدون اينكه مورد نياز باشي، رضايت داشته باشي، نفس مي تواند در همين لحظه بيفتد. ولي اين ها "اگر" هاي بزرگي هستند.

مراقبه تو را براي اين اگرهاي بزرگ آماده مي كند.

آن رويداد در يك لحظه روي مي دهد، ولي درك اين زمان مي برد.

مثل اين است كه آب را حرارت مي دهي. گرم تر و گرم تر و گرم تر مي شود، سپس در درجه ي مشخصي، در 100 درجه شروع به بخارشدن مي كند. بخارشدن در يك لحظه رخ مي دهد و پديده اي تدريجي نيست،

ناگهاني است. براي بخار شدن آب، يك جهش وجود دارد. ناگهان آب ازبين مي رود، ولي زمان لازم است زيرا آب بايد تا نقطه ي جوش حرارت داده شود. بخارشدن ناگهاني است، ولي حرارت دادن زمان مي برد.

ادراك درست مانند حرارت دادن است. زمان لازم دارد. انداختن نفس همچون بخارشدن روي مي دهد. ناگهاني است.

بنابراين سعي نكن كه نفس را بيندازي. درعوض، سعي كن ادراكت را عميق تر كني.

سعي نكن آب را به بخار تغيير بدهي. آن را گرم كن. آن چيز دوم به خودي خود به دنبال خواهد آمد.

تو در ادراك رشد مي كني: شديدترش كن، متمركزترش كن.

تمام انرژي ات را، تمام وجودت را، نفست را، ذهنت را، ناخودآگاهت را براي ادراك اين پديده به كار ببر.

هرچه بيشتر و بيشتر هشيار شو. و هراتفاقي كه رخ بدهد، سعي كن آن را نيز درك كني.

كسي به تو توهين مي كند و احساس خشم مي كني. اين فرصت را ازدست نده. سعي كن بفهمي چرا، اين خشم براي چيست. ودر اين مورد فلسفه بافي نكن. به كتابخانه نرو تا در مورد خشم تحقيق كني!

خشم برايت رخ داده است ، يك تجربه است، يك تجربه ي زنده. تمام توجهت را روي آن متمركز كن و سعي كن بفهمي كه چرا چنين شده. اين يك مشكل فلسفي نيست. با هيچ *فرويد* نبايد مشورت كني. نيازي نيست!

وقتي كه خشم براي *تو* رخ مي دهد، مشورت كردن با هركس ديگر احمقانه است.

مي تواني لمسش كني، مي تواني آن را بچشي. با آن سوخته مي شوي.

سعي كن بفهمي چرا رخ داده، از كجا آمده، ريشه هايش كجاست، چطور اتفاق افتاد، چگونه عمل مي كند، چگونه برتو مسلط شده و چگونه از خشم ديوانه شده اي.

خشم قبلاً هم رخ داده است، اکنون نيز درحال رخ دادن است، ولي اينك عنصري تازه را به آن اضافه كن، عنصر ادراك را ، و آنگاه كيفيت آن تغيير خواهد يافت.
سپس، رفته رفته، خواهي ديد كه هرچه خشم را بيشتر درك كني، كمتر اتفاق مي افتد. و وقتي كه كاملاً آن را بفهمي، ازبين خواهد رفت. ادراك همچون آن حرارت است و وقتي كه حرارت به نقطه ي مشخصي برسد ، صد درجه ، آب ازبين خواهد رفت.
سكس وجود دارد ، سعي كن آن را بفهمي. هرچه ادراك تو بيشتر باشد، كمتر شهواني خواهي بود.
و لحظه اي فراخواهد رسيد كه ادراك كامل است ،_ و سكس ازبين مي رود.
و معيار من اين است: پديده ي انرژي دروني هرچه كه باشد، توسط ادراك ازبين مي رود: اگر گناه باشد، اگر توسط ادراك عميق تر شود، به فضيلت تبديل خواهد شد. ادراك تو هرچه بيشتر باشد، خطا ازبين خواهد رفت
و صواب عميق تر خواهد شد. سكس ازبين مي رود و عشق عميق تر مي شود.
خشم از بين مي رود و مهر عميق تر مي شود. طمع ازبين مي رود و سهيم شدن عميق تر مي شود.
بنابراين، هرآنچه كه توسط ادراك ازبين برود، خطاست و هرچه كه بيشتر ريشه بگيرد، درست است.
و من خير و شر، صواب و گناه،_ *پونيا* و *پآپ* Punya and paap را اينگونه تعريف مي كنم: انسان مقدس، انسان فهيم است، نه هيچ چيز ديگر.
انسان گناهكار، انساني نفهم است، همين.
تفاوت بين انسان مقدس و انسان گناهكار در قداست و بدكاره بودنشان نيست، تفاوت در ادراك آنان است.
ادراك همچون روند گرم شدن عمل مي كند. لحظه اي مي آيد، لحظه ي مناسب، كه گرما به نقطه ي جوش مي رسد، ناگهان نفس انداخته مي شود. نمي تواني آن را مستقيماً بيندازي ، مي تواني موقعيت را طوري مهيا كني كه خودش اتفاق بيفتد. آن موقعيت نياز به زمان دارد.
هميشه دو مكتب وجود داشته اند. يكي مكتب اشراق لحظه اي است كه مي گويد اشراق به طور ناگهاني رخ مي دهد و به زمان ربطي ندارد.

مكتب ديگر كه با اولي مخالف است و مكتب اشراق تدريجي است، مي گويد كه اشراق به طور لحظه اي فرا مي رسد و هيچ چيز ناگهاني رخ نمي دهد. و حق با هردو است، زيرا هركدام بخشي از اين پديده را انتخاب كرده اند.

مكتب تدريجي، بخش نخست را انتخاب كرده است: بخش ادراك را.

مي گويند كه ادراك با زمان به دست مي آيد. و حق با آنان است!

مي گويند كه نيازي نداري نگران پديده اي ناگهاني باشي، فقط آن روند را دنبال كن و اگر آب درست حرارت ديده باشد، به بخار تبديل مي شود. نيازي نيست كه نگران بخارشدن باشي. آن را فقط از ذهنت دور كن.

فقط آب را حرارت بده.

مكتب ديگر، كاملاً متضاد با اين، مي گويد كه اشراق پديده اي لحظه اي است: آنان بخش پاياني را گرفته اند.

مي گويد كه بخش نخست اساسي نيست، نكته ي واقعي اين است كه آن انفجار در فاصله اي بي زمان رخ مي دهد. بخش نخست فقط در پيرامون قرار دارد. آن چيز واقعي، دومين چيز، مركز است.

ولي من به شما مي گويم كه هر دو حق دارند. اشراق لحظه اي رخ مي دهد. هميشه ناگهاني رخ داده است.

ولي ادراك زمان مي برد.

هر دو درست مي گويند و هردو را نيز مي توان به غلط تعبير كرد. مي تواني به خودت كلك بزني.

مي تواني خودت را فريب دهي. اگر نخواهي كاري بكني، باوركردن اشراق ناگهاني بسيار زيباست.

آنوقت مي گويي: "نيازي به هيچ كاري نيست. اگر ناگهاني رخ بدهد، ناگهان رخ خواهد داد. من چه مي توانم بكنم؟

فقط مي توانم منتظر باشم." اين شايد يك خودفريبي باشد.

به همين سبب، به ويژه در ژاپن، دين ازبين رفته است. ژاپن سنتي طولاني در اشراق لحظه اي دارد.

*ذن* مي گشويد كه اشراق ناگهاني است. به همين سبب تمام كشور غيرمذهبي شده است.

مردم رفته رفته مردم به اين باور رسيده اند كه اشراق لحظه اي فقط يك امكان است: برايش هيچ كاري نمي توان كرد ، هروقت كه بخواهد رخ بدهد، روي خواهد داد. اگر نخواهد اتفاق بيفتد، اتفاق نخواهد افتاد. "و ما هيچ كاري نمي توانيم انجام دهيم، پس چرا زحمتي بكشيم؟"

در شرق، ژاپن مادي گرا ترين كشور است. در شرق، ژاپن همچون بخشي از غرب وجود دارد. اين عجيب است ، زيرا ژاپن يكي از زيباترين سنت هاي *ديان* **dhyan**، *چان* **chan**، *ذن* **zen** را دارد. چرا ازبين رفته است؟

به دليل همين مفهوم اشراق ناگهاني ازبين رفته است. مردم شروع كردند به فريب دادن خود.

در هندوستان، پديده ي ديگري رخ داده است... و براي همين است كه من بارها و بارها تكرار مي كنم كه ذهن انسان بسيار مكار و حيله باز است. بايد پيوسته هشيار باشي، وگرنه فريب خواهي خورد.

در هند، ما سنت ديگري داريم، سنت اشراق تدريجي. "*يوگا*" به همين معني است.

بايد برايش كار كني، در زندگاني هاي بسيار بايد سخت بكوشي. به انضباط و كار نياز است و تاوقتي كه سخت كار نكني، به آن نخواهي رسيد. بنابراين، اين يك روند طولاني است، يك روند بسيار طولاني، چنان طولاني كه هند مي گويد يك زندگاني كافي نيست، به زندگاني هاي بسيار نياز داري.

تاجايي كه به ادراك مربوط مي شود، اين اشكالي ندارد.

ولي آنگاه هند باور دارد كه اگر اين چنين طولاني است، پس عجله اي در كار نيست. آنوقت چرا اينهمه عجول باشي؟ پس از دنيا لذت ببر.... شتابي نيست و زمان به اندازه ي كافي هست. و آن پديده چنان طولاني است كه نمي تواني همين امروز به آن برسي. و اگر نتواني امروز به آن دست بيابي، آنوقت علاقه ات ازبين مي رود.

اگر بايد براي زندگاني هاي متوالي انتظار كشيد، هيچكس مشتاق نيست. مي تواند به دست فراموشي سپرده شود.

اين مفهوم اشراق تدريجي هندوستان را نابود كرده است و مفهوم اشراق ناگهاني ژاپن را ازبين برده است.

به نظر من، هردو درست مي گويند، زيرا هركدام نيمي از كل روند هستند.

و تو بايد پيوسته هشيار باشي تا خودت را فريب ندهي.

به نظر متناقض مي آيد، ولي اين چيزي است كه مايلم به شما بگويم: اشراق مي تواندهمين لحظه رخ بدهد، ولي فرارسيدن *همين لحظه*، شايد زندگاني هاي بسياري را بطلبد.

براي رسيدن به *همين لحظه* شايد بايد زندگاني هاي بسياري را منتظر باشي.
پس سخت كار كن، گويي كه همين حالا رخ مي دهد و با شكيبايي منتظر باش... زيرا كه قابل پيش بيني نيست.

هيچكس نمي تواند بگويد كه چه وقت رخ خواهد داد ،_ شايد براي زندگاني هاي زياد اتفاق نيفتد.

پس صبورانه منتظر باش، گويي كه تمام اين روند يك تكامل تدريجي و طولاني است.

و سخت كار كن، تاجايي كه مي تواني سخت بكوش.

گويي كه مي تواند همين حالا رخ بدهد.

# سكس: دري به سوي الوهيت

***پرسش دوم***

*اشو جان، آيا ممكن است در مورد استفاده از انرژي جنسي براي رشد صحبت كنيد، از آنجا كه به نظر مي رسد اين يكي از مشغوليت هاي اساسي ما در غرب است.*

سكس، *تنها* انرژي است.

بنابراين من نمي گويم انرژي جنسي، زيرا كه انرژي ديگري وجود ندارد.

سكس تنها انرژيي است كه تو داري. اين انرژي مي تواند متحول شود، مي تواند انرژيي والاتري شود. هرچه بالاتر برود، جنسيت كمتر و كمتري در آن باقي مي ماند.

و يك اوج نهايي براي آن وجود دارد، جايي كه فقط عشق و مهر مي شود.

مي توانيم اوج شكوفايي غايي آن را انرژي الهي بخوانيم، ولي پايه، خاستگاه، سكس است.

بنابراين، جنسيت نخستين و پايين ترين لايه ي انرژي است ، و خداوند، لايه ي فوقاني.

ولي اين *همان* انرژي است كه حركت مي كند.

نخستين نكته اي كه بايد درك شود اين است كه من انرژي ها را تقسيم نمي كنم.

وقتي كه تقسيم كني، آنوقت دوگانگي ايجاد مي شود.

وقتي كه تقسيم كني، تضاد و مبارزه توليد مي شود. وقتي كه انرژي ها را تقسيم كني، خودت تقسيم مي شوي ، آنگاه يا با سكس موافق هستي و يا مخالف.

من نه طرفدار و نه مخالف هستم، زيرا تقسيم نمي كنم. من مي گويم كه سكس همان انرژي است، نام آن انرژي است، مي تواني آن را انرژي ايكس X بخواني. وقتي فقط از آن انرژي براي نيروي توليدمثل استفاده مي كني، سكس نام آن انرژي مجهول است، آن انرژي ناشناخته. زماني كه آن انرژي از اسارت بيولوژي آزاد شد، زماني كه غيرجسماني شد، آنوقت عشق مسيح است و مهر *بودا*.

غرب امروزه به دليل مسيحيت است كه وسواس سكس را گرفته است.

دوهزارسال سركوب مسيحي انرژي جنسي، ذهن غربي را به آن بسيار وابسته ساخته است.

نخست: براي دوهزار سال سعي دراين بود كه اين انرژي را بكشند. نمي تواني آن را بكشي.

هيچ انرژي را نمي توان ازبين برد. انرژي فقط مي تواند تغيير شكل بدهد. در اين دنيا هيچ چيز را نمي توان نابود كرد، فقط مي تواند متحول شود و تغيير شكل بدهد و در بعد و حيطه اي جديد حركت داده شود.

نابود كردن انرژي غيرممكن است.

نمي تواني يك انرژي جديد خلق كني و نمي تواني آن انرژي قديم را ازبين ببري.

هم خلق كردن و هم نابود كردن انرژي وراي قدرت تو است. اين كارها ممكن نيستند.

اينك دانشمندان با اين موافق هستند ، حتي يك ذره ي اتم را نيز نمي توان نابود كرد.

براي دو هزار سال، مسيحيت مي كوشيد كه انرژي جنسي را نابود كند.

دين برابر بود با مطلقاً بدون سكس زندگي كردن. اين كار توليد يك جنون كرد. هرچه بيشتر بجنگي، هرچه بيشتر سركوب كني، بيشتر شهواني مي شوي.

آنگاه سكس عميق تر وارد ناخودآگاهت مي شود.

تمام وجودت را مسموم خواهد كرد.

بنابراين اگر زندگي قديسان مسيحي را بخواني، خواهي ديد كه وسواس سكس داشته اند.

نمي توانند نيايش كنند، نمي توانند مراقبه كنند.

هرعملي كه انجام دهند، سكس واردش مي شود. و آنان مي پندارند كه شيطان به آنان كلك مي زند. هيچكسي كلك نمي زند. اگر سركوب كني، *خودت* آن شيطان هستي!

غرب پس از دوهزارسال سركوب مدام انرژي جنسي، به ستوه آمد. خيلي زياد بود. و تمام آن چرخ بازگشت. اينك به جاي سركوب، زياده روي و افراط در سكس وسواسي تازه شده است. ذهن از يك قطب به قطب متضاد مي رود. ولي آن بيماري همان باقي ماند. زماني سركوب بود و اينك چگونه افراط كردن بيشتر و بيشتر در آن.

هردو رفتارهاي بيمارگونه هستند.

سكس بايد متحول شود ، نه سركوب شود و نه تا حدجنون در آن زياده روي شود.

و تنها راه ممكن براي متحول كردن سكس اين است كه با يك هشياري عميق و مراقبه گونه واردش شوي. درست همانطوري است كه در مورد خشم مي گفتم: وارد سكس شو، ولي با يك وجود هشيار و آگاه و گوش به زنگ.

اجازه نده كه نيرويي ناخودآگاه شود. توسط آن كشيده نشو و هل داده نشو. باآگاهي، با ادراك و با عشق واردش شو. ولي از اين تجربه ي جنسي يك تجربه ي مراقبه گون بساز. در آن مراقبه كن. اين كاري است كه شرق توسط *تانترا* انجام داده است.

و زماني كه در حين عمل جنسي مراقبه مي كني، كيفيت آن شروع مي كند به تغيير كردن.

همان انرژي كه در تجربه جنسي حركت مي كند، شروع مي كند به رفتن به سمت آگاهي.

مي تواني در حين تجربه ي جنسي، در اوج انزال، چنان هشيار باشي كه درغيرآن، هرگز نمي تواني باشي ،_ زيرا هيچ تجربه ي ديگري چنان عميق نيست، هيچ تجربه ي ديگر چنان جذب كننده نيست و هيچ تجربه ي ديگري چنان تماميت ندارد.

در يك انزال جنسي، تو تماماً جذب شده اي، همه و همه ي وجودت درگير آن است، تمامي وجودت درارتعاش است، تمامي وجودت در آن حضور دارد: بدن و ذهن هردو در آن هستند. و فكركردن كاملاً متوقف مي شود. حتي براي يك ثانيه، وقتي كه آن اوج فرا مي رسد، فكركردن كاملاً مي ايستد، زيرا كه چنان تماميت داري كه نمي تواني فكر كني.

در يك اوج انزال جنسي، تو حضور داري. وجودت آنجا هست، ولي بدون هيچ فكركردن.

در اين لحظه، اگر هشيار و آگاه باشي، سكس مي تواند دري به سوي الوهيت شود.

و اگر بتواني در چنين لحظه اي گوش به زنگ باشي، آن هشياري مي تواند در لحظات ديگر نيز حمل شود، در تجارب نيز مورد استفاده قرار بگيرد. مي تواند بخشي از وجود تو شود. آنگاه مي تواني درحال غذاخوردن، راه رفتن يا كاركردن آن انرژي را با خودت داشته باشي.

آن هشياري از راه سكس هسته عميق وجودت را لمس كرده است.

اينك مي تواني آن را با خودت همراه داشته باشي.

و اگر بتواني مراقبه گون باشي، مي تواني يك واقعيت تازه را تشخيص بدهي.

آن واقعيت اين است كه اين سكس نيست كه به تو سرور مي بخشد، اين سكس نيست كه به تو شعف مي بخشد. بلكه اين آن حالا بي فكري ذهن است و آن درگيرشدن تمام در عمل است كه به تو احساس سرور مي بخشد.

وقتي كه اين را درك كني، آنگاه سكس كمتر و كمتر مورد نياز خواهد بود، زيرا آن حالت بدون فكر ذهن را مي توان بدون عمل جنسي ايجاد كرد ،_ معني مراقبه همين است.

و آن كيفيت تماميت داشتن وجود مي تواند بدون سكس ايجاد شود.

زماني كه بداني همان پديده مي تواند بدون سكس رخ بدهد، سكس كمتر و كمتر مورد نياز خواهد بود.

لحظه اي فرا خواهد رسيد كه ابداً به سكس نيازي نداري.

و به ياد بسپار، سكس هميشه به ديگري متكي است. بنابراين در سكس نوعي اسارت و بندگي باقي مي ماند.

زماني كه بتواني اين پديده ي انزال تمام را بدون وابستگي به ديگري ايجاد كني،

وقتي كه اين يك منبع *دروني* شد، تو مستقل خواهي بود، آزاد خواهي بود.

براي همين است كه ما در هندوستان مي گوييم كه فقط يك *براهماچاري* brahmachari، شخصي كه مطلقاً زندگي بدون عمل جنسي دارد ، مي تواند آزاد باشد.
زيرا كه اينك او به ديگري وابسته نيست، شعف او مال خودش است.
سكس توسط مراقبه ناپديد مي شود، ولي اين نابودكردن انرژي نيست. انرژي هرگز نابود نمي شود، فقط شكل آن تغيير مي يابد. اينك ديگر جنسي نيست و وقتي كه شكل آن ديگر جنسي نباشد، آنگاه تو عشق مي ورزي.
بنابراين، واقعاً انساني كه شهواني است نمي تواند عشق بورزد. عشق او فقط يك نمايش است.
عشق او فقط وسيله اي براي سكس است. انساني كه شهواني باشد از عشق همچون يك تكنيك به سمت سكس استفاده مي كند. يك ابزار است. انسان شهواني نمي تواند واقعاً عشق بورزد، فقط مي تواند از ديگري بهره كشي كند و عشق او فقط راهي است براي رسيدن به ديگري.
انساني كه غيرجنسي شده است و انرژي او در درون حركت كرده، در وجود خودش به شعف مي رسد. سرور او مال خودش است. اين انسان براي نخستين بار مي تواند عشق بورزد.
عشق او يك بارش پيوسته است، يك سهيم شدن و يك بخشش مدام.

ولي براي رسيدن به اين، لازم نيست كه با سكس مخالف باشي. براي رسيدن به اين مرحله بايد سكس را همچون بخشي از زندگي، يك زندگي طبيعي بپذيري. با آن حركت كني ، فقط با آگاهي بيشتري حركت كني.

آگاهي آن پل است، پل طلايي : از اين دنيا به آن دنيا، از جهنم به بهشت و از نفس به الوهيت.

# آيا هنوز حملش مي كني؟

## *صبح ششم*
## *15 مي 1974*

*اشو جان:*
*داستاني از ذن نقل شده كه دو راهب به معبدشان باز مي گشتند.*
*راهب مسن تر كه در جلو راه مي رفت به رودخانه اي رسيد. در ساحل رودخانه دختري جوان و زيبا ايستاده بود. او مي ترسيد كه تنها به آب بزند. راهب مسن تر نگاهش را از دختر برگرفت و با عجله به رودخانه زد و از آن گذشت.*
*وقتي به آن سوي رودخانه رسيد به عقب نگاه كرد و با كمال تعجب راهب جوان همراهش را ديد كه آن دختر را روي شانه هايش حمل مي كند.*
*سپس دو راهب دوشادوش هم به راهشان به سوي معبد ادامه دادند.*
*وقتي كه درست در بيرون دروازه هاي معبد بودند، راهب مسن تر به راهب جوان گفت:*
*" آن كار خوبي نبود، خلاف قوانين ما بود، ما راهبان نبايد زني را لمس كنيم."*
*راهب جوان پاسخ داد: "من اورا در ساحل رودخانه گذاشتم، آيا تو هنوز حملش مي كني؟"*
*اشو جان، آيا مي توانيد در مورد راهي جايگزين*
*براي سركوب يا بيان عواطف برايمان بگوييد؟*

انسان تنها موجودي است كه مي تواند انرژي هايش را سركوب كند ، _ يا آن ها را متحول سازد. هيچ موجود ديگري قادر به اين دو كار نيست.
سركوب و تحول، همچون دو جنبه از يك پديده هستند.
و آن پديده اين است كه انسان مي تواند در مورد خودش كاري انجام دهد.
درختان وجود دارند، حيوانات وجود دارند، پرندگان وجود دارند، ولي آن ها براي هستي خودشان هيچ كاري نمي توانند انجام دهند ، آن ها بخشي از آن هستي اند. نمي توانند بيرون از آن بايستند. آن ها نمي توانند عامل باشند. آن ها چنان با انرژي هايشان آميخته اند كه نمي توانند از آن ها جدا شوند.

انسان مي تواند. انسان مي تواند براي خودش كاري بكند. او مي تواند خودش را از يك فاصله تماشا كند ، _ مي تواند به انرژي هايش نگاه كند، گويي كه از او جدا هستند.

و سپس او قادر است كه يا آن ها سركوب كند و يا آن ها را متحول سازد.

سركوب فقط يعني تلاش براي پنهان كردن برخي انرژي هاي مشخصي كه وجود دارند ، اجازه ندادن براي اينكه وجود داشته باشند و اجازه ندادن به تجلي يافتن آن ها.

متحول كردن يعني دگرگوني و تغيير انرژي ها به سمت بعدي جديد.

براي مثال، سكس وجود دارد. چيزي در سكس وجود دارد كه تو رادر موردش شرمگين مي سازد. اين شرمندگي و خجالت فقط به اين سبب نيست كه جامعه به تو چنين آموزش داده است. در سراسر دنيا انواع جوامع وجود داشته و دارند، ولي هيچ جامعه اي، هيچ جامعه ي انساني با سكس به راحتي برخورد نكرده است.

در خود پديده ي سكس چيزي هست كه تو را شرمگين، گناهكار و ناراحت مي كند. آن چيست؟

حتي اگر هيچكس چيزي در مورد سكس آموزش ندهد، هيچكس مفهومي ايجاد نكند و اخلاقياني در موردش به تو ندهد، بازهم ، چيزي در خود آن پديده هست كه نمي گذارد با آن راحت باشي. آن چيست؟

نخست: سكس عميق ترين وابستگي تو را نشان مي دهد ، نشان مي دهد كه تو براي لذت به شخص ديگري نياز داري. بدون شخص ديگر آن لذت ممكن نيست. بدون ديگري چنان لذتي ممكن نيست. پس تو وابسته هستي، استقلال تو ازدست رفته است.

اين نفس را آزرده مي كند. بنابراين انسان هرچه نفس بيشتري داشته باشد، بيشتر با سكس مخالف است. اين به اصطلاح قديسان شما با سكس مخالف هستند، _ نه به اين سبب كه سكس چيز بدي است، بلكه به سبب نفس هايشان. آنان نمي توانند متصور شوند كه وجودشان به ديگري متكي است و چيزي را از كسي گدايي مي كند. سكس بيشترين آزار را به نفس مي دهد.

دوم: در خود پديده ي سكس امكان رد شدن وجود دارد ، ديگري مي تواند تو را رد كند.

قطعي نيست كه ديگري تو را بپذيرد يا رد كند، ديگري مي تواند نه بگويد.

و اين عميق ترين ردشدن ممكن است: وقتي كه براي عشق به ديگري نزديك شوي و او تو را رد كند.

اين ردشدن توليد ترس مي كند. نفس مي گويد كه بهتر است امتحان نكني تا كه رد شوي.

اول وابسته بودن و سپس رد شدن ، امكان رد شدن.

و بازهم عميق تر: در سكس تو درست مانند حيوانات مي شوي.

این، نفس انساني را بسيار آزار مي دهد، زيرا تفاوتي بين عشقبازي يك سگ و عشقبازي تو وجود ندارد. تفاوت در چیست؟

ناگهان همچون حيوانات مي شوي و تمام موعظه گران و اخلاق گرايان هميشه به انسان مي گويند: مانند حيوان نباشيد! مانند حيوان نباشيد!

این بزرگترین سرزنش ممكن است.

در هيچ چيز ديگر همچون سكس مانند حيوان نيستي، زيرا در هيچ چيز ديگر طبيعي نيستي ، در هر عمل ديگري غير طبيعي شده اي.

غذا مي خوري: ما در مورد غذا خوردن چنان پيچيدگي هايي خلق كرده ايم كه مانند هيچ حيوان ديگري نيست. آن عمل اصلي مانند حيوان است، ولي ميزهاي شما، آداب سفره، تمام فرهنگ، رسم و رسوم...

ما تشريفات بسياري در مورد غذاخوردن ايجاد كرده ايم فقط براي اينكه با حيوانات متمايز باشيم. حيوانات دوست دارند در تنهايي غذا بخورند. بنابراين تمام جوامع در ذهن هر فرد چنين القا كرده اند كه تنها غذاخوردن خوب نيست. سهيم شو، با خانواده غذا بخور، با دوستان غذا بخور، ميهمان دعوت كن.

هيچ حيواني علاقه اي به ميهمان و دوست و خانواده ندارد.

هروقت حيواني بخواهد غذا بخورد دوست ندارد هيچ كسي نزديكش بيايد. او به انزواي خودش مي رود.

اگر انساني بخواهد در تنهايي غذا بخورد، خواهيد گفت كه مانند حيوان است، نمي خواهد سهيم شود.

عادت غذاخوردن او طبيعي است و پيچيدگي ندارد.

ما در اطراف غذاخوردن چنان تشريفات پيچيده اي خلق كرده ايم كه گرسنگي اهميت كمتري پيدا كرده است، طعم غذا اهميت بيشتري يافته است. هيچ حيوان ديگري نگران مزه ي غذا نيست. نياز اصلي گرسنگي است ، گرسنگي كه برطرف شود، نياز ارضا شده است. ولي انسان چنين نيست ، گويي كه نكته گرسنگي نيست، چيز ديگري نكته ي اصلي است. طعم غذا مهم تر است، آداب غذاخوردن مهم تر است، چگونه غذاخوردن مهم تر است تا اينكه چه مي خوري!

در هرچيز ديگر نيز انسان دنياي مصنوعي خودش را در اطراف خودش خلق كرده است.

حيوانات برهنه هستند ، براي همين است كه ما دوست نداريم برهنه باشيم. و اگر كسي برهنه زندگي كند، ناگهان به تمام تمدن ما ضربه مي زند، او به ريشه زده است. براي همين است كه چنين مخالفتي با مردمان برهنه وجود دارد ، در سراسر دنيا.

اگر در خيابان برهنه راه بروي، به كسي آزاري نمي رساني، هيچ عمل خشني با هيچكس انجام نمي دهي، مطلقاً بي گناه هستي. ولي بي درنگ پليس مي آيد، تمامي اطراف تو آشفته مي شود. تو را دستگير مي كنند و كتك مي زنند و به زندان مي اندازند. ولي تو ابداً كاري نكرده اي! يك جرم وقتي اتفاق مي افتد كه تو كاري كرده باشي. تو هيچ عملي انجام نداده اي ، فقط برهنه راه رفته اي!

ولي چرا جامعه چنين خشمگين مي شود؟ جامعه حتي از يك قاتل چنين خشمگين و برآشفته نمي شود.

اين عجيب است. ولي يك انسان برهنه تمام جامعه را مطلقاً خشمگين مي كند.

زيرا به قتل رساندن هنوز هم انساني است. هيچ حيواني دست به قتل نمي زند. آن ها براي خوردن مي كشند، ولي حيوان ديگري را به قتل نمي رسانند. و هيچ حيوان ديگري هم نوع خودش را نمي كشد، فقط انسان چنين مي كند. بنابراين كشتار كردن عملي انساني است، جامعه مي تواند آن را بپذيرد.

ولي جامعه برهنگي را نمي تواند بپذيرد ، زيرا انسان برهنه ناگهان تو را هشيار مي سازد كه همگي شما حيوان هستيد. هرچقدر هم كه در پشت پوشاك پنهان شويد، آن حيوان در آنجا وجود دارد، آن حيوان برهنه در آنجا هست، آن ميمون برهنه وجود دارد.

شما براي اين با انسان برهنه مخالف نيستيد كه او برهنه است، بلكه به اين سبب است كه او شما را از برهنگي خودتان هشيار مي كند ، و نفس آزرده مي شود.

انسان وقتي كه لباس برتن دارد، يك حيوان نيست. در عادات و تشريفات غذاخوردن، يك حيوان نيست. انسان در زبان، اخلاق، فلسفه و مذهب يك حيوان نيست.

مذهبي ترين عمل اين است كه براي دعاكردن به كليسا و پرستشگاه بروي. چرا اين عمل بسيار مذهبي انگاشته مي شود؟ زيرا هيچ حيواني به كليسا نمي رود و هيچ حيواني نيايش نمي كند ، اين مطلقاً انساني است. بارفتن به كليسا اين تمايز قطعي مي شود كه تو يك حيوان نيستي.

ولي سكس عملي حيواني است. هر كاري كه بكني، هرچه پنهانش كني و هرچيزي كه در اطرافش خلق كني، واقعيت اساسي، حيواني باقي مي ماند. و وقتي واردش مي شوي، همچون حيوان مي شوي.

به دليل اين واقعيت، بسياري از مردم نمي توانند از سكس لذت ببرند. نمي توانند تماماً حيوان بشوند. نفسشان چنين اجازه اي نمي دهد.

بنابراين تضاد در اينجاست: سكس و نفس، سكس در برابر نفس.

هرچه فرد نفساني تر باشد، بيشتر با سكس مخالف است. هرچه كمتر نفساني باشد، بيشتر با آن درگير مي شود. ولي حتي انسان كه كمتر نفساني است نيز يك احساس گناه دارد ،

احساسي كمتر است، ولي بااين وجود احساسي دارد كه چيزي خطاست!

و زماني كه شخص عميقاً وارد سكس مي شود، نفس ازبين مي رود.

و وقتي كه آن لحظه نزديك است كه نفس ناپديد شود، ترس تو را فرا مي گيرد.

بنابراين مردم عشقبازي مي كنند، وارد سكس مي شوند، ولي نه عميقاً، نه واقعاً.

آنان فقط نمايشي سطحي بازي مي كنند كه مشغول عشقبازي هستند ، زيرا وقتي كه *واقعاً* معاشقه مي كني، تمام تمدن بايد به دور افكنده شود. ذهنت بايد كنار گذاشته شود ، مذهبت، فلسفه، همه چيز.

ناگهان احساس مي كني كه حيواني وحشي در تو متولد مي شود. غرشي به سراغت مي آيد. شايد واقعاً شروع كني مانند يك حيوان به غريدن ، فرياد كشيدن و ناله كردن.

و اگر به اين اجازه بدهي، زبان ازبين خواهد رفت. صداها وجود دارند، درست مانند پرندگان يا حيوانات كه صدا مي كنند. ناگهان آن تمام آن تمدن ميليون ها ساله دورافكنده مي شود. بارديگر همچون يك حيوان، در دنيايي وحشي ايستاده اي. ترس وجود دارد.

و به سبب همين ترس، عشق تقريباً ناممكن شده است.

و اين ترس واقعي است ، زيرا وقتي كه نفس را ازدست بدهي، تقريباً ديوانه هستي، وحشي مي شوي و آنگاه هر اتفاقي ممكن است روي بدهد. شايد حتي معشوقت را به قتل برساني، شايد شروع كني به خوردن بدن او، زيرا در آنوقت تمام كنترل ها برداشته شده است.

براي پرهيز از تمام اين چيزها، سركوب كردن به نظر آسان ترين راه مي آيد.

يا سركوب كن و يا فقط تا آنجا پيش برو كه تو را به خطر نيندازد ، فقط تا آنجا كه هميشه بتواني آن را كنترل كني. و تو در كنترل باقي مي ماني و دستكاري مي كني.

تا جايي اجازه مي دهي و سپس اجازه نمي دهي. آنوقت خودت را مي بندي و بسته مي شوي.

سركوب همچون يك حفاظ عمل مي كند، همچون يك اقدام حفاظتي و عمل امنيتي.

تمام مذاهب از اين اقدام امنيتي استفاده كرده اند. آن ها از اين ترس بهره كشي كرده اند و شما را بيشتر ترسانده اند. آن ها يك لرزش دروني آفريده اند.

آن ها سكس را يك گناه اساسي ساخته و گفته اند: "تاوقتي سكس ازبين نرود، قادر نخواهيد شد به ملكوت الهي دست بيابيد." آن ها به نوعي درست مي گويند و بااين حال اشتباه مي كنند.

من نيز مي گويم تا وقتي كه سكس از بين نرود قادر نخواهيد بود وارد ملكوت الهي شويد.

ولي سكس وقتي ازبين مي رود كه كاملاً آن را پذيرفته باشي ، نه اينكه سركوبش كرده باشي، بلكه آن را متحول كرده باشي.

مذاهب از اين ترس انساني و تمايل انساني براي نفساني بودن، بهره كشي كرده اند.

آن ها روش هاي بسياري براي سركوب ايجاد كرده اند.

سركوب كردن خيلي دشوار نيست، ولي بسيار گران تمام مي شود ، زيرا تمام انرژي تو در خودش تقسيم مي شود و صرف جنگيدن مي شود و سپس تمام زندگي به هدر مي رود.

سكس حياتي ترين انرژي است ، مي گويم كه اين تنها انرژيي است كه داريد.

با آن نجنگ، جنگيدن با آن يعني هدر دادن عمر و زمان. درعوض، آن را متحول كن.

ولي چگونه آن را دگرگون كني؟ چه مي توانيم بكنيم؟

اگر آن ترس را فهميده باشي، آنوقت مي تواني اين اشاره را درك كني كه چه مي توان كرد. آن ترس به اين سبب وجود دارد كه تو احساس مي كني كنترل ازدست خواهد رفت و وقتي كنترل از دست خارج شود، قادر نيستي هيچ كاري انجام دهي. من به شما كنترل جديدي مي آموزم: كنترل توسط "خود شاهد" witnessing self. نه كنترل ذهن دستكاري كننده، بلكه كنترل خود مشاهده گر.

و من به شما مي گويم اين والاترين كنترل ممكن است و اين كنترل چنان طبيعي است كه تو هرگز احساس نمي كني كه مشغول كنترل كردن هستي.

اين كنترلي است كه همزمان با مشاهده كردن اتفاق مي افتد.

در سكس حركت كن، ولي يك شاهد باش. تنها چيزي كه بايد به ياد داشته باشي اين است: "من بايد با تمام اين روند رويا رو شوم، بايد تمامش را ببينم، بايد يك شاهد باقي بمانم، نبايد ناهشيار شوم" ، فقط همين.

وحشي شو، ولي ناهشيار نشو. آنوقت خطري در وحشي بودن وجود ندارد، آنگاه وحشي بودن زيباست. واقعاً فقط يك انسان وحشي زيبا است.

زني كه وحشي نيست، نمي تواند زيبا باشد ، زيرا هرچه وحشي تر، زنده تر.
آنوقت درست مانند يك ببر وحشي هستي، يا يك گوزن وحشي كه در صحرا مي دود ،_ چه زيباست!
ولي مشكل اينجاست: ناهشيار نشو. اگر ناهشيار شوي، آنوقت تحت تاثير نيروهاي ناخودآگاه قرار داري ، آنوقت تحت تاثير نيروهاي *كارمايي* هستي.
هرچه تاكنون در گذشته انجام داده اي در آنجا انباشته شده است. آن انباشتگي شرطي شدگي ها مي تواند گريبانگيرت شود و تو را در جهتي خاص بكشاند كه هم براي خودت و هم براي ديگران خطرناك است.
ولي اگر يك شاهد باقي بماني، شرطي شدگي هاي گذشته نمي تواند مزاحم شود.
بنابراين تمام روش يا تمام روند مشاهده گر شدن، روند دگرگون ساختن انرژي جنسي است.
وارد سكس بشو، هشيار بمان. هر اتفاقي كه رخ مي دهد، مشاهده اش كن، درونش را ببين، از هيچ نكته اي غفل نشو:
هر اتفاقي كه در بدنت روي مي دهد، در ذهنت مي گذرد و در انرژي درونت رخ مي دهد، مدار جديدي كه ايجاد مي شود، نيروي الكتريسيته بدن كه در مداري تازه حركت مي كند، در يك مدار دايره اي حركت مي كند... اينك انرژي الكتريكي بدن با زوج يا همسر يكي شده است.
و اينك يك دايره ي دروني ايجاد شده است ، و مي تواني اين را احساس كني. اگر هشيار باشي، مي تواني اين را احساس كني. مي تواني احساس كني كه براي حركت آن انرژي پويا، يك وسيله شده اي.
هشيار باقي بمان. به زودي آگاه مي شوي كه هرچه آن مدار بيشتر ايجاد شود، افكار بيشتري دورانداخته مي شوند ، همچون برگ هاي زرد درختان فرو مي ريزند.
افكار فرو مي ريزند. ذهن بيشتر و بيشتر خالي مي شود.
هشيار بمان و به زودي خواهي ديد كه تو وجود داري، ولي نفس وجود ندارد. نمي تواني بگويي، "من". چيزي عظيم تر از تو برايت رخ داده است ، تو و زوج تو، هردو در آن انرژي عظيم تر محو شده ايد.
ولي اين آميزش نبايد ناهشيارانه باشد، وگرنه نكته را ازدست مي دهي. آنگاه يك عمل جنسي زيبا خواهد بود، ولي نه يك دگرگوني. زيباست، اشكالي در آن نيست ، ولي يك تحول نيست.

و اگر ناآگاهانه باشد، تو هميشه در همان شيار حركت خواهي كرد. مي خواهي بارها و بارها اين تجربه را داشته باشي. اين تجربه اي زيبا خواهد بود، ولي يك عمل تكراري خواهد شد. و هربار كه آن را داشته باشي، باردیگرميل بيشتري خواهي داشت. هرچه بيشتر آن را داشته باشي، ميل بيشتري به آن خواهي داشت

و در يك چرخه ي باطل مي گردي. رشد نمي كني ، فقط چرخ مي خوري.

چرخيدن به دور خود خوب نيست، زيرا درايصورت رشدي اتفاق نمي افتد. آنوقت انرژي فقط هدر مي شود. حتي اگر آن تجربه خوب باشد، انرژي هدر مي شود، زيرا كه امكانات بسيار بيشتري وجود داشت.

و آن امكانات درست در همين گوشه بودند، در همين نزديكي، فقط يك گردش، و آن امكانات ممكن مي بودند. با همين انرژي، الوهيت مي توانست به دست بيايد. با همين انرژي آن سرور غايي قابل دستيابي بود ، و تو آن انرژي را در تجارب موقتي هدر مي دهي. و رفته رفته، آن تجارب كسل كننده مي شوند، همه چيز كسالت آور مي شود. وقتي كه تازگي ازبين برود، كسالت ايجاد مي شود.

اگر هشيار بماني خواهي ديد: نخست، تغييرات انرژي در بدن؛ دوم، فروريختن افكار از ذهن، و سوم، فروافتادن نفس از قلب.

اين سه چيز بايد مشاهده شوند، بادقت تحت نظاره قرار بگيرند. و وقتي كه سومين رويداد اتفاق بيفتد، انرژي جنسي به انرژي مراقبه گون تبديل شده است. اكنون ديگر در جنسيت قرار نداري. ممكن است با معشوقت دراز كشيده باشي، بدن ها نزديك هم باشند، ولي تو ديگر در آنجا وجود نداري _ به دنيايي ديگر پيوند خورده اي.

اين چيزي است كه *شيوا* در كتاب *ويگيان بايراو تانترا* Vigyan Bhairav Tantra و ساير كتاب هاي ديگر *تانترا* در موردش سخن مي گويد. او پيوسته در مورد همين پديده سخن مي گويد ،كه تو تغيير شكل داده اي، يك دگرديسي رخ داده است. اين از طريق مشاهده گري رخ خواهد داد.

اگر راه سركوب را دنبال كني، مي تواني به اصطلاح "انسان" باشي ، توخالي، كاذب و سطحي، فقط انساني تقلبي، نه انساني اصيل و واقعي.

اگر سركوب نكني و راه افراط را درپيش بگيري، حيوان مانند خواهي شد ، زيبا، زيباتر از انساني به اصطلاح متمدن، ولي فقط حيوان ، نه آگاهي، نه هشياري، بي خبر از امكان رشد، غافل از بالقوگي انسان.

اگر انرژي را دگرگون كني، آنگاه موجودي الهي خواهي شد. و به ياد بسپار، وقتي مي گويم الهي، هردو چيز در آن مستتر است. آن حيوان وحشي با تمام زيبايي خودش وجود دارد.

آن حيوان وحشي مردود و انكار نشده است. او هست ،غني تر، زيرا كه بيشتر هشيار شده است.

بنابراين تمام وحشي بودن و زيبايي آن وجود دارد ، ولي خودانگيخته است، تحميلي نيست.

زماني كه انرژي دگرگون شود، طبيعت و خداوند در وجود تو باهم ملاقات مي كنند ،

طبيعت با تمام زيبايي اش و خداوند با تمام وقار و ابهتش.

اين معني يك مرشد خردمند است. او محل ديدار طبيعت و الوهيت است، ديدار خالق و مخلوق، ديدار روح و بدن، ديدار آنچه والاست و آنچه كه پايين است، ديدار آسمان و زمين.

*لائوتزو* مي گويد: "*تائو* Tao زماني رخ مي دهد كه آسمان و زمين باهم ملاقات كنند."

اين چنان ديداري است.

مشاهده گري منبع اساسي است. ولي اگر سعي نكني در ساير اعمال زندگي يك شاهد باشي، شاهد شدن در عمل جنسي دشوار خواهد بود.

بنابراين سعي كن اين مشاهده گري را در تمام روز امتحان كني، وگرنه در خودفريبي خواهي بود.

اگر نتواني وقتي كه در جاده راه مي روي يك شاهد بشوي، سعي نكن خودت را فريب دهي ، در وقت عشقبازي نيز نخواهي توانست يك شاهد باشي.

زيرا وقتي كه درفقط هنگام پياده روي، چنين روند ساده اي، نمي تواني يك شاهد شوي ، از آن ناهشيار مي شوي ، آنوقت چگونه مي تواني در حين معاشقه يك شاهد باشي؟ اين روندي بسيار عميق است... تو به ناهشياري فرو مي روي.

وقتي در جاده راه مي روي، به ناهشياري فرو مي روي. امتحان كن: حتي براي چند لحظه نيز قادر نيستي به ياد بياوري. آزمايش كن. با راه رفتن در خيابان فقط امتحان كن: "من به ياد مي آورم كه راه مي روم، راه مي روم، راه مي روم..." پس از چند ثانيه ازياد برده اي، چيز ديگري وارد ذهنت شده است، جهت ذهني تغيير كرده است، راه رفتن را پاك ازياد برده اي. و ناگهان به خاطر مي آوري: " يادم رفت!"

بنابراين اگر در عملي چنين جزيي مانند راه رفتن نمي تواني هشيار بماني، آنگاه عشقبازي را به يك مراقبه ي هشيارانه تبديل كردن بسيار دشوار خواهد بود.

پس با چيزهاي ساده شروع كن، فعاليت هاي ساده. وقتي غذا مي خوري امتحان كن. وقتي راه مي روي امتحان كن. وقتي حرف مي زني يا گوش مي دهي، امتحان كن. از هرسو اين را آزمايش كن. بگذار پيوسته در درونت همچون چكشي بكوبد. بگذار تمام بدن و ذهنت بداند كه تلاش مي كني تا هشيار بماني.

تنها آنوقت است كه يك روز، در عشق آن مشاهده گري رخ خواهد داد.

و وقتي اين رخ بدهد، شعف برايت اتفاق افتاده است ، نخستين لمحه از الوهيت بر تو نازل گشته است.

از آن لحظه به بعد، سكس ابداً سكس نخواهد بود. و دير يا زود سكس ناپديد خواهد شد.

اين ناپديد شدن خود به خودي سكس است كه به تو *براهماچاريا* مي بخشد ، آنوقت زندگي بدون عمل جنسي خواهي داشت.

راهبان در صومعه هاي كاتوليك، يا راهباني كه از سنت *جين* پيروي مي كنند، يا انواع راهبان ديگر فقط در ظاهر زندگي بدون عمل جنسي دارند، زيرا ذهنشان به عشقبازي كردن ادامه مي دهد ، بيشتر از ذهن هاي شما.

براي آنان، سكس به پوسته ي خاكستري رنگ مغز خزيده است، كه بدترين چيزي است كه مي تواند روي بدهد، زيرا اين يك انحراف است. اگر در مورد سكس *فكركني*، يك انحراف است. عشقبازي امري طبيعي است، فكركردن در موردش، پيوسته در ذهن درگيربودن با آن، يك انحراف است. اين به اصطلاح راهبان موجودات منحرفي هستند، نه به اين سبب كه راهب هستند، بلكه به اين سبب كه راه سركوب كردن را انتخاب كرده اند، كه راهي اشتباه است، به هيچ كجا نمي انجامد.

*مسيح*، *ماهاوير* يا*بودا* راه مشاهده گري را دنبال مي كنند.

آنوقت*براهماچاريا* رخ مي دهد.

اين واژه ي *براهماچاريا*brahmacharya بسيار زيباست. خود واژه يعني: روشي كه الوهيت رفتار مي كند. *براهماچاريا*: روشي كه الوهيت رفتار مي كند. چيزي در مخالفت با سكس نمي گويد، خود واژه ابداً با سكس مخالفت ندارد. خود واژه فقط مي گويد كه الوهيت چنين عمل مي كند، چنين رفتار مي كند و حركت مي كند.

زماني كه آن اشراق لحظه اي satori را كه با مشاهده كردن عمل جنسي ممكن است شناختي، تمام زندگيت دگرگون خواهد شد ، شروع مي كني به رفتار كردن همچون يك خدا. ويژگي هاي رفتار خداگونه چيست؟ الوهيت چگونه رفتار مي كند؟

يك: او وابسته نيست، مطلقاً مستقل است. او عشقش را به تو مي بخشد ، ولي اين يك نياز نيست. او از روي فراواني خودش مي بخشد ، بسيار دارد.

اگر عشقش را دريافت كني، فقط بار او را سبك كرده اي ، ولي اين يك نياز نيست.

و خدا يك آفريننده است. هرگاه نيروي جنسي متحول شود، زندگي تو نيز خلاق مي شود.

سكس نيروي خلاقه است. هم اكنون در حيطه ي زيست شناسي حركت مي كند: بچه توليد مي كند.

وقتي كه سكس وجود نداشته باشد و آن انرژي متحول شده باشد، به دنياي تازه اي از خلاقيت ها حركت مي كند. آنگاه ابعاد بسياري از خلاقيت برايت گشوده مي شود.

چنين نيست كه شروع مي كني به نقاشي كردن، يا شعرگفتن يا كاري ديگر ، نه.

اين كارها شايد اتفاق بيفتند و شايد نيفتند، ولي هركاري كه بكني عملي خلاقه خواهد شد،

هر عملت هنرمندانه خواهد شد.

حتي يك *بودا* كه زير درخت *بودي* خودش نشسته و هيچ كاري نمي كند، خلاق است. طوري كه نشسته است، خود همان روشي كه نشسته است، انرژي، نيرو و ارتعاشي را در اطرافش خلق مي كند.اخيراً تحقيقات زيادي روي هرم هاي مصري انجام شده است و به واقعيت هاي اسرارآميزي دست پيدا كرده اند. يكي از اين واقعيت ها شكل هرم است، خود همان شكل اسرارآميز است. دانشمندان ناگهان دريافتند كه اگر جسد مرده اي در يك هرم قرار گيرد، بدون هيچ ماده ي شيميايي محفوظ خواهد ماند. فقط همان شكل هرم به حفاظت آن كمك مي كند. آنگاه يك دانشمند آلماني فكر كرد: اگر شكل مي تواند چنين كند كه بدن مرده اي را به طور خودكار محافظت كند ، فقط خود شكل، فشار آن حجم....

بنابراين روي يك تيغ آزمايش كرد. او يك هرم كوچك مقوايي ساخت و با يك تيغ مصرف شده و كُند آزمايش كرد. ظرف چند ساعت آن تيغ بارديگر آماده ي مصرف شد. آن شكل هرم دوباره تيزي را به تيغ بازگرداند.

سپس آن را به نام خودش ثبت كرد. يك تيغ مي تواند مادام العمر مورد مصرف قرار بگيرد: كافي است آن را در هرمي بگذاري. هيچ كاري لازم نيست انجام شود.

فقط همان شكل بارها و بارها و بارها تيغ را تيز مي كند.

اينك دانشمندان مي گويند كه هر شكل محيط خاص خودش را مي آفريند.

يك *بودا* در زير درخت *بودي* خودش نشسته است: طرزي كه مي نشيند، آن حالت، آن حركت، همان پديده ي وجود بي نفسش ميليون ها ارتعاش در اطراف خلق مي كند. اين ارتعاشات به انتشاريافتن ادامه مي دهند.

حتي وقتي كه آن *بودا* از زير آن درخت ناپديد شود، آن ارتعاش ها ادامه خواهند داشت و ادامه خواهند داشت ، سيارات ديگر و ستارگان ديگر را لمس خواهند كرد. و ارتعاش *بودا* هركجا را كه لمس كند، خلاقه خواهد بود، به تو هيجان مي بخشد، نسيمي تازه به تو مي بخشد.

زماني كه انرژي جنسي دگرگون شود، تمامي زندگيت خلاقه مي شود ، مستقل، آزاد و آفريننده. هرعملي كه انجام دهي، با آن خلق مي كني. حتي اگر كاري نكني، آن بي عملي تو خلاقه مي شود. فقط خود وجودت چيزهايي زيادي را مي آفريند كه زيباست، كه درست است، كه خير است.

اينك آن داستان: آن راهب پيرتر كه به راهب جوان تر مي گويد: "اين خلاف قوانين است و تو نبايد آن دختر را لمس مي كردي،" اين را فقط به سبب قوانين نمي گويد. نكات بسياري در اين مستتر است: او احساس حسادت مي كند و اينگونه توجيهش مي كند.

و ذهن انسان چنين كار مي كند ، نمي تواني مستقيماً بگويي كه حسوديت مي شود.

يك دختر، دختري زيبا در ساحل رودخانه ايستاده بود. خورشيد در حال غروب كردن بود و دختر هراسان بود. آنوقت اين راهب پير آمد كه به سوي معبدش مي رفت. او به دختر نگاه كرد، زيرا براي يك راهب بسيار مشكل است كه دختري را نبيند و به او نگاه نكند. اين كار براي يك راهب بسيار دشوار است.

او نسبت به زنان وسواس بسيار دارد! او سخت مي جنگد.

او پيوسته آگاه است كه آن دشمن در آن زن وجود دارد!

مي تواني يك دوست را نبيني، ولي يك دشمن را نمي تواني نبيني ، بايد او را ببيني.

اگر از خياباني گذر كني و دشمنت آنجا باشد، غيرممكن است كه او را نبيني. مي تواني از كنار دوستان رد شوي و حتي متوجه نشوي كه آنجا هستند. ولي دشمنان؟ نه، زيرا با دشمن، ترس وجود دارد.

و يك دختر زيبا، تنها ايستاده، كسي در اطراف نيست! دختر مي خواست كه كسي به او كمك كند ، رودخانه ناشناس بود و دختر مي ترسيد كه از آن عبور كند.

آن پيرمرد مي بايست كوشيده باشد تا چشمانش را ببندد، مي بايست كوشيده باشد تا قلبش را ببندد، بايد كوشيده باشد تا مركز جنسي خودش را ببندد ، زيرا اين تنها راه محافظت در برابر دشمن است.

مي بايد عجله كرده باشد، مي بايد از نگاه كردن به پشت سرش پرهيز كرده باشد.

ولي وقتي كه پرهيز مي كني، نگاه مي كني' وقتي كه سعي مي كني نگاه نكني، نگاه مي كني!

تمام ذهنش پر از آن دختر شده بود. تمام وجودش در اطراف آن دختر گردش مي كرد.

او از رودخانه مي گذشت، ولي اينك از رودخانه آگاه نبود ، نمي توانست باشد.

او به سمت معبد مي رفت، ولي اينك علاقه اي به معبد نداشت، تمام علاقه اش به پشت سر بود.

سپس ناگهان به ياد آورد كه آن راهب جوان دارد مي آيد ، آنان در يك سفر با هم گدايي مي كردند.

به پشت سر نگاه كرد، و نه تنها راهب جوان را ديد، بلكه او را ديد كه آن دختر جوان را روي شانه هايش حمل مي كند. اين بايد يك حسادت عميق را در ذهن پيرمرد ايجاد كرده باشد.

اين كاري بود كه خودش مايل بود انجام دهد ، ولي به سبب قوانين نمي توانست چنين كند.

ولي او بايد انتقام خودش را مي گرفت!

سپس مدت ها در سكوت راه رفتند و در جلوي دروازه ي معبد پيرمرد ناگهان گفت:

" اين خوب نبود ، خلاف قوانين بود."

آن يك سكوت كاذب بود. در تمام طول اين مدت آن پيرمرد مي انديشيد كه چگونه انتقام بگيرد، چگونه اين جوان را محكوم كند.

او پيوسته در اين وسواس فكري بود، وگرنه چنين سخني اينگونه ناگهاني رخ نمي دهد.

ذهن يك پيوستار است. در طول اين چند كيلومتر او پيوسته در اين فكر بود كه چه كند ،

واو فقط حالا سخن مي گويد.

اين واكنشي ناگهاني نبود. در درونش يك جريان وجود داشت، جرياني ادامه دار.

و حالا مي گويد: "اين كار مناسبي نبود، خلاف قوانين ما بود و من بايد به رييس معبد گزارش بدهم...

و يك قانون اساسي كه هيچ راهبي حق ندارد زني را لمس كند نقض شده است

و تو نه تنها او را لمس كرده اي، او را روي شانه هايت حمل كرده اي."

آن راهب جوان بايد شگفت زده شده بود! چقدر ناگهاني! ، زيرا اينك دختري وجود نداشت، رودخانه اي نبود، كسي او را حمل نمي كرد. تمام اين واقعه در گذشته رخ داده بود. آنان كيلومترها كاملاً ساكت بودند.

و راهب جوان گفت: "من آن دختر را در ساحل رودخانه رها كرده ام، ولي تو هنوز او را حمل مي كني."

اين بصيرتي عميق است. مي تواني چيزهايي را حمل كني كه حمل نمي كني؛ مي تواني از چيزهايي گرانبار باشي كه وجود ندارند، مي تواني زير چيزهايي خرد بشوي كه وجود ندارند.

راهب پير راه سركوب را مي پيمايد. و راهب جوان فقط نمادي است براي تلاش به سوي تحول ، زيرا تحول، زن و مرد يا ديگري را مي پذيرد، زيرا تحول بايد از طريق ديگري روي بدهد، آن ديگري در آن مشاركت دارد.

راه سركوب ديگري را رد مي كند، با ديگري مخالف است. ديگري بايد نابود شود.

اين داستاني زيباست. راه، راه راهب جوان است. راه راهب پير را انتخاب نكن.

زندگي را همانگونه كه هست بپذير و سعي كن هشيار باشي.

اين راهب جوان مي بايست در مدتي كه آن دختر را حمل مي كرده هشيار باقي بوده باشد. و اگر تو هشيار باشي، دختر چه مي تواند بكند؟

داستان كوچكي هست: راهبي *بودا* را ترك مي كند. براي انتشار پيام *بودا* راهي سفر است. بنابراين از *بودا* مي پرسد: " با زنان چه كنم؟ " ، _ زيرا براي راهبان اين هميشه يك مشكل است! *بودا* مي گويد: "به آنان نگاه نكن." خوب اين آسان ترين راه است: فقط خودت را ببند. "به آنان نگاه نكن،" يعني كه فقط خودت را ببند، فراموش كن كه وجود دارند.

باعث تاسف است، مشكل اين قدرها آسان نيست.

اگر اينهمه آسان بود، تمام آنان كه مي دانند چگونه خودشان را ببندند، دگرگون شده بودند.

يكي از مريدان *بودا*، *آناندا*، كه مي داند مشكل به اين آساني ها نيست.... براي *بودا* شايد بسيار آسان باشد.

اين يك مسئله است: تو با يك مشكلي نزد من مي آيي؛ شايد براي من آسان باشد، ولي اين كمكي به تو نخواهد كرد.

*آناندا* مي داند كه *بودا* اتفاقي گفته است: "به آنان نگاه نكن." اين براي *بودا* خيلي راحت است!

*آناندا* مي گويد: "*اشو جان*، ولي اين خيلي آسان نيست، اگر موقعيتي پيش آمد، ما به كجا بايد نگاه كنيم، اگر نتوانيم از نگاه كردن پرهيز كنيم، آنوقت چه بايد بكنيم؟"

پس *بودا* مي گويد: "لمس نكنيد."

يك نگاه، يك لمس نيز هست ، توسط چشم ها. با چشم ها به او مي رسي و لمسش مي كني.

براي همين است كه اگر به زني بيش از سه ثانيه خيره شوي، احساس ناراحتي خواهد كرد. سه ثانيه حداكثر است ، تا اين مقدار مجاز است. براي اين مجاز است كه ما در زندگي مجبوريم به يكديگر نگاه كنيم.

ولي بيش از سه ثانيه، آن زن ناراحت مي شود، زيرا تو او را لمس مي كني.

اينك از چشمانت به جاي دست ها استفاده مي كني.

پس *بودا* مي گويد: "لمس نكنيد."

ولي *آناندا* اصرار مي ورزد.

و *آناندا* براي بشريت كاري بزرگ انجام داده است، زيرا هميشه اصرار مي كرده است.

مي گويد: "و گاهي موقعيت هايي پيش مي آيد كه مجبور هستيم لمس كنيم ، آنوقت چه مي گوييد؟"

اگر زني بيمار است و يا در خيابان افتاده است و كس ديگري نيست كه به او كمك كند و ما مجبور باشيم او را لمس كنيم، اگر اينگونه موقعيتي پيش آمد چه؟

*بودا* مي خندد و مي گويد: "آنوقت هشيار باشيد!"

آخرين چيزي كه *بودا* مي گويد، اولين چيز است. بستن چشم ها كمك نمي كند، لمس نكردن كمك نمي كند ، زيرا مي تواني در تخيلات لمس كني، در خيالاتت ببيني. به يك زن واقعي نيازي نيست. فقط چشم ها را ببند... و مي تواني دنيايي تخيلي از زنان و مردان را ببيني. و مي تواني لمس كني و مي تواني ببيني.

در نهايت فقط يك چيز مي تواند كمك كند: هشيار باش.

اين راهب پير شايد تمام اين داستان و آن سه پاسخ *بودا* را نشنيده باشد. او با آن دو پاسخ اول مانده است. راهب جوان است كه نكته را گرفته: هشيار باش.

او مي بايد به دختر نزديك شده باشد... ميلي برانگيخته شده.... از اينكه ميلي برانگيخته شده هشيار باش. مشكل دختر نيست، زيرا يك دختر چگونه مي تواند مشكل تو باشد؟ او مشكل خودش است نه مشكل تو.

آن ميل در تو برانگيخته شده، ميل براي آن زن ، مشكل اين است.

مسئله ابداً آن دختر نيست. هر دختر، هر زن مي تواند همين كار را بكند.

او فقط يك نقطه ي ارجاع است. با ديدن دختر، آن ميل در تو برانگيخته شده.

هشيار بودن، يعني كه از اين ميل هشيار باش: كه "اين ميل به سراغ من آمده است."

حالا، انساني كه راه سركوب را برگزيده باشد، اين ميل را سركوب خواهد كرد،

چشمانش را مي بندد و فرار مي كند. اين روش گريختن است. ولي به كجا مي تواني بگريزي؟ ،_ زيرا از خودت فرار مي كني. مي تواني از آن زن فرار كني، ولي نمي تواني از آن ميلي كه در تو برخاسته فرار كني. هركجا بروي، آن ميل وجود خواهد داشت.

از آن ميلي كه برانگيخته شده هشيار باش.

درواقع، با آن زن هيچ كاري نكن. اگر مي گويد: " به من كمك كن، " كمكش كن. اگر مي گويد: "من مي ترسم و نمي توانم از رودخانه رد شوم، مرا روي شانه هايت حمل كن، " حملش كن!

او به تو فرصتي طلايي مي دهد تا هشيار باشي. فقط هشيار باش. و از او سپاسگزار باش.

فقط هشيار بمان و احساس كن كه در درونت چه مي گذرد. چه ميلي برخاسته است؟

تو مشغول حمل كردن آن دختر هستي ، در درون تو چه مي گذرد؟

اگر هشيار باشي، آنوقت زني وجود نخواهد داشت ، فقط وزنه اي روي شانه هايت وجود دارد، فقط همين.

اگر هشيار نباشي، آنوقت آن زن وجود خواهد داشت. اگر هشيار باشي، آنوقت فقط استخوان هايي هستند، وزني كه بر تو فشار مي آورد.

اگر هشيار نباشي، آنوقت آن زن مي تواند انواع اميال، تخيلات، *مايا* maya و توهمات را در تو ايجاد كند.

با حمل كردن يك دختر روي شانه هايت، هر دو چيز ممكن است. اگر براي يك لحظه هشياري را از دست بدهي، ناگهان اين *مايا* است كه روي شانه هايت نشسته است.

اگر هشيار باشي، فقط قدري وزن است، همين ، يك وزنه را حمل مي كني.

آن مرد جوان كه از رودخانه مي گذشت، از ميان يك آزمايش عظيم گذر مي كرد. او از آن موقعيتي كه زندگي پيش آورده بود پرهيز نمي كرد، از زندگي دوري نمي كرد، با ذهني تماماً هشيار از آن عبور كرد.

شايد بارها نكته را از دست داده بود. شايد بارها از ياد برده بود. آنوقت تمام توهم و *مايا* وجود داشتند. و شايد بارها دوباره هشياري اش را به دست آورده بود ، و ناگهان به جايي رسيده بود كه نور و تاريكي ازبين رفته بودند. ولي عبور كردن از اين هشياري مي بايد تجربه اي بسيار زيبا بوده باشد.

آنوقت دختر را كنار ساحل رودخانه رها كرد و شروع كرد به راه رفتن به سوي معبد ، _ هنوز هم هشيار: زيرا مسئله اين نيست كه آيا هنوز هم آن دختر وجود دارد يا نه: خاطره اش مي تواند به دنبال بيايد.

شايد او از لمس كردن آن زن در حال عبور از رودخانه لذت نبرده باشد، ولي مي تواند حالا در يادش از آن لذت ببرد.

او مي بايد هشيار باقي مانده باشد. او ساكت بود ، سكوتش واقعي بود.

براي همين است كه گفت: من آن دختر را در ساحل رودخانه جا گذاشتم و رها كردم و ابداً او را حمل نمي كنم. اين تويي كه هنوز او را حمل مي كني. در ذهن آن پيرمرد راهب چيزها هنوز ادامه دارند. و او هيچ كاري نكرده است، حتي آن دختر را لمس نيز نكرده است.

بنابراين عمل مسئله نيست. مسئله ذهن است و چگونگي عملكرد ذهن.

هشيار باشيد و رفته رفته انرژي ها دگرگون مي شوند.

كهنه مي ميرد و تازه متولد مي شود.

# راز رابطه

**صبح هفتم**

***16 مي 1974***

*اشو جان، آيا ممكن است در مورد شريك هاي زندگي مان ، زنان، شوهران و معشوق هايمان ، با ما سخن بگوييد. چه وقت بايد يك زوج بمانيم و چه وقت بايد يك رابطه را همچون رابطه اي كه اميدي به آن نمي رود ، يا حتي ويرانگر است، ترك كنيم؟ و آيا رابطه هاي ما از زندگاني هاي پيشين ما تاثير گرفته اند؟*

رابطه يكي از راز هاست. و چون بين دو نفر روي مي دهد، به هر دو بستگي دارد.

هرگاه دو نفر باهم ملاقات كنند، دنيايي تازه خلق مي شود. فقط با ديدارشان، پديده اي تازه به وجود مي آيد ، كه قبلاً وجود نداشت، كه هرگز قبلاً نبود. و توسط اين پديده ي جديد، هردو نفر تغيير مي كنند و دگرگون مي شوند.

بدون رابطه، تو يك چيز هستي، در رابطه، بي درنگ چيز ديگري مي شوي. چيزي تازه رخ داده است. يك زن، وقتي كه يك همسر مي شود، ديگر همان زن نيست.

يك مرد، وقتي كه پدر مي شود، ديگر همان مرد نيست.

فرزندي زاده مي شود، ولي ما يك نكته را كاملاً فراموش مي كنيم : لحظه اي كه يك نوزاد متولد مي شود، آن مادر نيز زاده مي شود. اين مادر قبلاً هرگز وجود نداشته. آن زن وجود داشته، ولي آن مادر هرگز نبوده.

و يك مادر چيزي مطلقاً جديد است.

رابطه را شما خلق مي كنيد، ولي آنوقت، به نوبه ي خود، رابطه نيز شما را خلق مي كند.

دونفر باهم ملاقات مي كنند، اين يعني كه دو دنيا باهم ديدار مي كنند. اين نكته اي ساده نيست ، بسيار پيچيده است، پيچيده ترين چيز است.

هر يك نفر براي خودش يك دنيا است ، رازي پيچيده با گذشته اي طولاني و آينده اي ابدي.

در ابتدا، فقط پيرامون ها باهم ملاقات مي كنند. ولي اگر آن رابطه در صميميت رشد كند، نزديك تر شود و عميق تر شود، آنوقت، رفته رفته، مركز ها شروع مي كنند به ديدار.

وقتي که مرکز ها باهم ديدار کنند، عشق خوانده مي شود.

وقتي که پيرامون ها ملاقات کنند، آشنايي خوانده مي شود. تو ديگري را از بيرون لمس مي کني، فقط از مرز، آنوقت اين يك آشنايي است. بسياري اوقات اين آشنايي را عشق مي خوانيد.آنگاه در توهم هستيد. آشنايي عشق نيست.

عشق بسيار کمياب است. ملاقات يك شخص در مرکزوجودش، يعني اينکه خودت از يك انقلاب عبور کرده باشي. زيرا اگر بخواهي کسي را در مرکز *او* ملاقات کني، بايد اجازه بدهي که او نيز به مرکز وجود تو دست بيابد.

بايد آسيب پذير نشوي، مطلقاً آسيب پذير و باز.

اين مخاطره آميز است. اجازه دادن به ديگري براي دستيابي به مرکز وجودت عملي مخاطره آميز و خطرناك است، زيرا تو هرگز نمي داني که آن شخص با تو چه خواهد کرد. و زماني که تمام اسرار تو برملا شد، زماني که نهانت آشکار شد، وقتي که کاملاً افشا شدي، آنچه را که ديگري با تو خواهد کرد، هرگز نمي داني. ترس وجود دارد. براي همين است که ما هرگز وجودمان را باز نمي کنيم.

فقط با هم آشنا هستيم ومي پنداريم که عشق روي داده است. پيرامون ها ملاقات مي کنند، و فکر مي کنيم که *ما* ديدار کرده ايم.

تو پيرامون وجودت نيستي. درواقع، پيرامون جايي است که تو پايان مي گيري، مانند حصار اطراف وجودت است. خود تو نيست! پيرامون جايي است که تو به انتها مي رسي و دنيا شروع مي شود.

حتي زن ها و شوهرها که سال هال ها باهم زندگي کرده اند، شايد فقط آشنايان هم باشند.

شايد هرگز يکديگر را نشناخته باشند. و هر چه بيشتر با کسي زندگي کني، بيشتر فراموش مي کني که مرکز ها ناشناخته باقي مانده اند.

بنابراين نخستين نکته اي که بايد درك شود اين است: آشنايي را با عشق اشتباه نگيريد.

شايد معاشقه کنيد، شايد رابطه ي جنسي داشته باشيد، ولي سکس نيز پيرامون است.

تازماني که مرکز ها باهم ملاقات نکنند، سکس فقط ديدار دو بدن است.

و ملاقات دو بدن، ملاقات شما نيست. سکس نيز يك آشنايي است ، آشنايي جسماني و بدني، ولي هنوز هم يك آشنايي است.

تو فقط وقتي مي تواني به کسي اجازه بدهي که وارد مرکز وجودش بشود که نترسي، وقتي که هراسان نباشي.

بنابراين من به شما مي گويم كه دو نوع زندگي كردن وجود دارد:

يكي: ريشه در ترس fear-oriented و ديگري: ريشه در عشق love-oriented.

زندگي ريشه در ترس هرگز نمي تواند تو را به يك رابطه ي عميق رهنمون شود.

تو هراسان باقي مي ماني و به ديگري اجازه ي ورود نمي دهي ، او مجاز نيست تا كنه وجودت رسوخ كند. تو فقط تا يك حدي به او اجازه مي دهي و سپس آن ديوار مي آيد و همه چيز متوقف مي شود.

انسان ريشه درعشق، انساني مذهبي است. انسان ريشه در عشق يعني كسي كه از آينده نمي ترسد، كسي كه از عواقب و تبعات واهمه اي ندارد ، كسي كه در اينك و اينجا زندگي مي كند.

اين چيزي است كه *كريشنا* در كتاب *گيتا* به *آرجونا* مي گويد: "نگران نتيجه نباش."

ذهن ترسو چنين است.

" فكر نكن كه در پي آن چه خواهد شد. فقط همينجا باش و با تماميت عمل كن. حسابگر نباش."

انسان ريشه در ترس هميشه حسابگري مي كند، نقشه مي كشد، ترتيبات فراهم مي كند و حفاظ هاي امنيتي مي سازد. او تمام زندگيش را اينگونه تلف مي كند.

در مورد يك مرشد پير ذن شنيده ام كه در بستر مرگ بود. آخرين روز زندگيش فرا رسيده بود و به همه اعلام كرده بود كه تا عصر امروز بيشتر زنده نخواهد بود. بنابراين تمام پيروان، مريدان و دوستانش شروع كردند به آمدن. او دوستداران بسيار داشت. همگي به سراغش آمدند. مردم از دور و نزديك جمع شدند.

يكي از مريدان قديمي او وقتي شنيد كه مرادش در حال مردن است، به سمت بازار دويد.

كسي از او پرسيد: " مرشد دركلبه اش در حال مرگ است، تو چرا به بازار مي روي؟" مريد گفت، "مي دانم كه مرشدم يك نوع شيريني مخصوص را خيلي دوست دارد، پس مي روم تا آن شيريني را بخرم."

پيداكردن آن نوع شيريني كار دشواري بود زيرا اكنون از مد خارج شده بود، ولي تا عصر بالاخره آن را پيدا كرد و دوان دوان با آن شيريني بازگشت. و همه نگران بودند ، گويي كه مرشد منتظر چيزي بود. او گاهي چشمانش را باز مي كرد و نگاهي مي كرد و دوباره چشمانش را مي بست. و وقتي كه آن مريد برگشت، مرشد گفت، "خوب، پس آمدي؟ شيريني كو؟"

مريد شيريني را به او داد ، و خيلي خوشحال شد كه مرشد از او اين درخواست را كرد.

مرشد كه در حال مرگ بود شيريني را در دست گرفت، ولي دستش نمي لرزيد.

او بسيار سالخورده بود، ولي دستش نمي لرزيد.
پس كسي پرسيد: "تو خيلي مسن و در شرف مرگ هستي. به زودي آخرين نفس را خواهي كشيد، ولي دستت نمي لرزد."
مرشد گفت، "من هرگز نلرزيده ام، زيرا ترسي وجود ندارد. بدنم پير شده، ولي هنوز جوان هستم و حتي وقتي كه بدنم ازبين برود، جوان خواهم ماند."
و سپس به آن شيريني گاز زد و شروع كرد به خوردن آن. و سپس كسي پرسيد: "مرشد، آخرين پيام شما چيست؟ به زودي ما را ترك مي كنيد.از ما چه مي خواهيد تا به ياد بسپاريم؟"
مرشد لبخندي زد و گفت، "آه، اين شيريني بسيار لذيذ است."
اين مردي است كه در اينك و اينجا زندگي مي كند. "اين شيريني لذيذ است."
حتي مرگ نيز نامربوط است. لحظه ي بعد بي معني است. *اين* لحظه، *اين* شيريني لذيذ است.
اگر بتواني در اين لحظه باشي، در حال حاضر، در اين لحظه ي آماده، فقط آنوقت مي تواني عشق بورزي.
عشق يك شكوفايي نادر است. فقط گاهي رخ مي دهد. ميليون ها ميليون انسان در اين پندار كاذب به سر مي برند كه عاشق هستند. آنان باور دارند كه عاشق هستند، ولي اين فقط باور آنان است.
عشق يك شكوفايي *نادر* است. گاهي رخ مي دهد. به اين سبب نادر است كه فقط وقتي مي تواند روي دهد كه ترسي نباشد، نه هرگز قبل از اين.
اين يعني كه عشق فقط مي تواند براي يك انسان عميقاً روحاني و مذهبي رخ بدهد.
سكس براي همه ممكن است. آشنايي براي همه ممكن است. نه عشق.
وقتي كه نترسي، آنوقت چيزي براي پنهان كردن نيست، آنوقت مي تواني باز باشي، آنوقت مي تواني تمام مرزها را برداري. وآنگاه مي تواني از ديگري دعوت كني تا به تو رسوخ كند ، تا كنه وجودت.
و به ياد بسپار: اگر به كسي اجازه دهي تا عميقاً به تو رسوخ كند، ديگري نيز به تو اجازه خواهد داد تا به درونش نفوذ كني، زيرا وقتي به ديگري اجازه مي دهي تا به تو نفوذ كند، اعتماد ايجاد مي شود. وقتي كه تو نترسي، ديگري نيز نترس مي شود.
در عشق هاي شما، ترس هميشه وجود دارد. شوهر از زن مي ترسد و زن از شوهر مي ترسد. عشاق هميشه هراسان هستند. آنوقت اين عشق نيست. آنوقت اين فقط يك ترتيبات است ، دو نفر انسان هراسان كه به يكديگر وابسته هستند، مي جنگند، بهره كشي مي كنند، دستكاري مي كنند، كنترل مي كنند، سلطه پيدا مي كنند و مالك يكديگر هستند ، ولي اين عشق نيست.

اگر بتواني اجازه دهي كه عشق رخ بدهد، آنوقت نيازي به نيايش نيست، نيازي به مراقبه نيست، نيازي به هيچ كليسا و معبد نيست.

اگر بتواني عشق بورزي، مي تواني خدا را كاملاً از ياد ببري ، زيراتوسط عشق، همه چيز برايت اتفاق افتاده است: نيايش، مراقبه، خداوند. همه چيز برايت اتفاق افتاده.

وقتي كه مسيح مي گويد: "عشق خداست." منظورش همين است.

ولي عشق مشكل است. ترس بايد دورانداخته شود.

و اين چيز عجيبي است ، اينكه تو خيلي مي ترسي و چيزي نداري كه از دست بدهي.

كبير در جايي گفته است: " من مردم را نگاه مي كنم. خيلي مي ترسند، ولي نمي توانم ببينم كه چرا ، زيرا چيزي ندارند كه ازدست بدهند."

كبير مي گويد: " آنان همچون انساني برهنه هستند كه هرگز براي غسل به رودخانه نمي رود، زيرا كه مي ترسد « لباس هايش را كجا خشك كند»؟!"

اين موقعيت شماست ، برهنه، بدون لباس، ولي هميشه در مورد لباس ها مي ترسيد.

چه داري كه از دست بدهي؟ هيچ.

اين بدن توسط مرگ ربوده خواهد شد. پيش از اينكه مرگ آن را بربايد، آن را به عشق ببخش.

هرآنچه كه داري از تو گرفته خواهد شد، چرا آن را سهيم نشوي؟

اين تنها راه تصاحب آن است. اگر بتواني سهيم شوي و ببخشي، ارباب خواهي بود. هرآنچه كه داري از تو گرفته خواهد شد.. هيچ چيزي نيست كه بتواني براي هميشه نگه داري. مرگ همه چيز را نابود خواهد كرد.

بنابراين، اگر مرا به درستي درك كني، مبارزه بين مرگ و عشق خواهد بود.

اگر بتواني ببخشي، مرگي وجود نخواهد داشت.

پيش از اينكه چيزي از تو گرفته شود، پيشاپيش آن را داده اي، آن را همچون هديه اي بخشيده اي.

آنگاه مرگي نمي تواند وجود داشته باشد. براي يك عاشق، مرگ وجود ندارد. براي يك غيرعاشق، هر لحظه يك مرگ است، زيرا هر لحظه چيزي از او قاپيده مي شود. بدنش در حال ازبين رفتن است، هر لحظه چيزي از او كسر مي شود.

و سپس مرگ است و همه چيز نابود مي شود.

ترس از چيست؟ چرا اينهمه هراساني؟

حتي اگر همه چيزت شناخته شده باشد و همچون يك كتاب باز باشي، از چه مي ترسي؟

چگونه مي تواند به تو ضرر بزند؟
اين ها فقط مفاهيم دروغين است، فقط شرطي شدگي هايي كه جامعه به تو داده است، كه بايد پنهان شوي، بايد از خودت محافظت كني، بايد هميشه در حالت جنگيدن باشي، كه همه دشمن هستند و همه برعليه تو هستند.
هيچكس با تو مخالف نيست! حتي اگر فكر كني كه كسي با تو مخالف است، اونيز با تو مخالف نيست ، زيرا همه نگران خودشان هستند نه نگران تو.
چيزي براي ترسيدن وجود ندارد.
پيش از اينكه رابطه اي بتواند اتفاق بيفتد، اين بايد تشخيص داده شود: كه چيزي براي ترسيدن وجود ندارد.
روي اين نكته مراقبه كن. و آنگاه بگذار ديگري واردت شود، از ديگري دعوت كن كه واردت شود.
و در هيچ كجا مانع درست نكن، يك گذرگاه شو ، هميشه باز، بدون قفل و بدون درهايي بسته در وجودت. آنگاه عشق ممكن خواهد بود.
وقتي كه دو مركز باهم ملاقات مي كنند، عشق وجود دارد.
و عشق پديده اي كيمياگرانه است ، درست مانند وقتي كه هيدرژن و اكسيژن باهم ديدار مي كنند و چيزي تازه، آب، آفريده مي شود.
مي تواني هيدرژن را داشته باشي و مي تواني اكسيژن را داشته باشي' ولي اگر تشنه باشي، اين دو بي فايده خواهند بود. مي تواني هرمقدار اكسيژن كه بخواهي داشته باشي و هرمقدار هيدرژن كه بخواهي، ولي تشنگي تو برطرف نخواهد شد.
وقتي كه دو مركز باهم ديدار مي كنند، چيزي تازه آفريده مي شود. آن چيز تازه عشق است.
و درست مانند آب است ، تشنگي زندگاني هاي بسيار وبسيار برطرف مي شود. ناگهان ارضا مي شوي.
اين نشاني قابل رويت عشق است، راضي مي شوي، گويي كه به همه چيز رسيده اي.
اينك ديگر چيزي نيست كه به آن دست بيابي. به مقصد رسيده اي ، مقصد ديگري وجود ندارد.
آن دانه يك گل شده است، به اوج شكوفايي خودش رسيده است.
رضايت عميق، نشاني قابل رويت عشق است. هرگاه كسي عاشق باشد، در رضايتي عميق به سر مي برد.
عشق را نمي توان ديد، ولي رضايت عميق، آن ارضاي ژرف قابل ديدن است.

هر نفسش، هر حركتش، همان وجودش ، رضايت است.

شايد تعجب كنيد اگر به شما بگويم كه عشق شما را بي خواهش مي سازد. زيرا خواسته، با نارضايتي مي آيد. ميل به چيزي داري چون كه آن را نداري. آرزوي چيزي راداري زيرا كه مي پنداري اگر آن را داشته باشي، به تو رضايت خواهد داد.

اميال به سبب نارضايتي وجود دارند.

وقتي كه عشق وجود داشته باشد و دو مركز باهم ملاقات كرده و آميخته و محو شده باشند و يك كيفيت كيمياگرانه ي ديگر زاده شده باشد، رضايت وجود خواهد داشت.

گويي كه تمامي جهان هستي متوقف شده است ، حركتي وجود ندارد. آنگاه لحظه ي حال تنها لحظه است.

و آنوقت مي تواني بگويي: "آه، اين شيريني لذيذ است."

براي كسي كه عاشق است، حتي مرگ نيز بي معني است.

بنابراين به شما مي گويم : عشق شما را بي خواهش مي سازد.

نترس باشد، ترس را بينداز، باز باش.

بگذار مركزي، با مركز درونت ملاقات كند ، تو از اين ديدار دوباره زاده خواهي شد، كيفيتي جديد از بودن خلق خواهد شد.

اين كيفيت جديد مي گويد: خداوند وجود دارد.

خداوند يك مباحثه نيست، يك ارضاشدن است، احساسي از رضايت تمام.

شايد مشاهده كرده باشي كه هرگاه ناراضي هستي، مي خواهي خدا را منكر شوي.

هرگاه ناراضي باشي، تمام وجودت مي گويد: خدا نيست.

بي خدايي به سبب منطق نيست، به دليل نارضايتي است.

شايد آن را توجيه كني ، اين موضوعي ديگر است. شايد نگويي كه ناراضي هستي و براي همين است كه بي خدا شده اي. شايد بگويي: "خدا نيست و من اثبات مي كنم." ولي نكته ي واقعي اين نيست.

اگر راضي باشي، ناگهان تمام وجودت مي گويد : خدا هست.

ناگهان اين را احساس مي كني! تمامي جهان هستي الهي مي شود .

اگر عشق وجود داشته باشد. براي نخستين بار، واقعاً احساس خواهي كرد كه تمام جهان هستي الهي است و همه چيز يك نعمت است.

ولي پيش از اينكه چنين چيزي رخ بدهد، خيلي كار ها بايد انجام شود. پيش از اينكه چنين چيزي رخ بدهد، چيزهاي بسيار بايد نابود شوند. بايد تمام آن چيز هايي را كه در تو مانع ايجاد كرده اند نابود كني.

از عشق يك سلوك sadhana بساز.

اجازه نده فقط يك چيز پوچ و سبك باشد.

نگذار فقط يك مشغوليت ذهني باشد. نگذار فقط يك ارضاي بدني باشد. آن را يك جست و جوي دروني كن.

و ديگري را همچون يك يار بدان، يك دوست.

اگر چيزي در مورد *تانترا* شنيده باشي، مي داني كه *تانترا* مي گويد:

اگر بتواني دوستي را به عنوان شريك يا همسر پيدا كني، كسي كه آماده باشد با تو به آن مركز دروني حركت كند، كسي كه آماده باشد با تو به اوج رابطه صعود كند، آنوقت اين رابطه مراقبه گونه خواهد شد.

آنگاه توسط اين رابطه، به آن رابطه ي غايي دست خواهي يافت. آنگاه آن ديگري فقط يك دروازه مي شود.

بگذار توضيح بدهم: اگر عاشق كسي باشي، رفته رفته، نخست پيرامون آن شخص محو مي شود، شكل آن شخص ازبين خواهد رفت. بيشتر و بيشتر با آن وجود دروني ، با آن بي شكل در تماس خواهي بود.

شكل او رفته رفته مبهم شده و ناپديد مي گردد. و اگر عميق تر بروي، حتي اين شخص بي شكل نيز شروع مي كند به ازبين رفتن و ذوب شدن.

آنگاه فراسو گشوده مي شود. آنگاه آن فرد بخصوص تنها يك دروازه ميشود، يك روزنه.

و تو توسط معشوقت، الوهيت را خواهي يافت.

ما چون قادر به عشق ورزيدن نيستيم، به تشريفات مذهبي بسيار نياز داريم.

آن ها يك جايگزين هستند، جايگزين هايي بسيار ضعيف.

يك *ميرا* به معبدي نياز ندارد كه براي پرستش به آنجا برود. تمامي جهان هستي پرستشگاه اوست. او مي تواند در برابر يك درخت برقصد و آن درخت *كريشنا* مي شود. او مي تواند براي يك پرنده آواز بخواند و آن پرنده *كريشنا* ميشود. عشق اوچنان است كه به هرچه بنگرد، آن در باز مي شود و *كريشنا* هويدا مي گردد، معشوق پديدار مي شود.

ولي نخستين لمحه هميشه توسط يك فرد مي آيد.

درتماس بودن با كائنات دشوار است. بسيار بزرگ است، بسيار پهناور، بي آغاز و بي پايان است. از كجا شروع مي كني؟ از كجا واردش مي شوي؟ معشوق، دروازه است. عاشق شو. و از عشق يك مبارزه درست نكن. به ديگري عميقاً اجازه بده، فقط يك دعوت.

و بگذار ديگري بدون هيچ قيد و شرط به تو نفوذ كند. و ناگهان ديگري ناپديد مي شود و خدا ظاهر مي گردد.

اگر معشوقت نتواند الهي شود، آنوقت هيچ چيز در اين دنيا نمي تواند الهي شود.

آنگاه تمام حرف هاي مذهبي تو فقط بي معني است.

اين مي تواند بايك كودك اتفاق بيفتد. اين مي تواند با يك حيوان، با يك سگ روي بدهد.

اگر بتواني با يك سگ در رابطه اي عميق باشي، مي تواند اتفاق بيفتد ، آن سگ الهي مي شود.

بنابراين مسئله ي فقط زن يا مرد نيست. اين يكي از عميق ترين منابع الهي است كه به طور طبيعي به تو مي رسد، ولي مي تواند از هر نقطه اي رخ بدهد. كليد اصلي اين است ،_ بايد به ديگري اجازه بدهي تا به كنه وجودت نفوذ كند، به هسته ي دروني و مركزي وجودت رسوخ كند.

ولي ما به فريفتن خود ادامه مي دهيم. ما فكر مي كنيم كه عاشق هستيم. و اگر فكر كني كه عاشق هستي، آنوقت هيچ امكاني براي عشق وجود ندارد كه بتواند اتفاق بيفتد ، زيرا اگر اين عشق باشد، آنوقت همه چيز بسته است.

تلاش هايي تازه كن. سعي كن در ديگري آن وجود واقعي را كه نهفته است پيدا كني. هيچ كس را مسلم فرض نكن. هر فرد چنان پر از اسرار است كه اگر واردش شوي و پيشروي كني، بي پايان است.

ولي ما از ديگري خسته مي شويم ،_ زيرا فقط پيرامون است و هميشه پيرامون.

داستاني مي خواندم: مردي بسيار بيمار بود و انواع درمان ها را آزموده بود، ولي هيچكدام كمكي نكرده بودند. سپس نزد يك هيپنوتيست رفت و او به مرد بيمار ذكري را داد

كه پيوسته تكرار كند: " من بيمار نيستم."

دست كم پانزده دقيقه در صبح و پانزده دقيقه در شب بايد تكرار مي كرد: "من بيمار نيستم، من سالم هستم."

و در طول روز هروقت كه به ياد مي آورد، بايد تكرارش مي كرد.

ظرف چند روز احساس بهبود كرد. و ظرف چند هفته كاملاً خوب شده بود.

سپس به زنش گفت، "این یك معجزه بود! آیا براي یك معجزه ي دیگر نیز نزد این هیپنوتیست بروم؟ زیرا مدتي است كه هیچ اشتهاي جنسي ندارم و رابطه ي جنسي ما تقریباً متوقف شده است."

زنش خوشحال شد و گفت: "برو." زیر او نیز احساس ناكامي مي كرد.

مرد نزد آن درمانگر رفت و بازگشت. زنش از او پرسید: " حالا چه ذكري به تو داد؟"

ولي مرد پاسخش را نداد. ولي ظرف چند هفته اشتهاي جنسي او بازگشت. بازهم میل جنسي پیدا كرد.

بنابراین زنش خیلي تعجب كرده بود و مدام سوال مي كرد. ولي مرد مي خندید و جوابي نمي داد.

پس یك روز زن امتحاني كرد: وقتي كه مرد صبح مشغول حمام گرفتن بود و ذكرش را مي گفت، زن سعي كرد بفهمد كه او چه مي گوید.

و مرد مي گفت: " این زنم نیست، این زنم نیست، این زنم نیست.....!"

ما افراد را مسلم فرض مي كنیم. كسي زنت است : رابطه تمام است. كسي شوهرت است: رابطه تمام است. اینك دیگر هیچ ماجراجویي دركار نیست. دیگري یك شیئ شده است، یك كالا.

اینك او رازي نیست كه هنوز درپي كشف آن باشي. او دیگر تازه نیست.

و به یاد بسپار، همه چیز با سن مي میرد. پیرامون همیشه كهنه است و مركز همیشه تازه.

پیرامون نمي تواند تازه بماند، زیرا هرلحظه پیر مي شود و كهنه. مركز همیشه تازه و جوان است.

روح تو نه كودك است و نه جوان و نه پیر. روح تو فقط همیشه تازه است. سن ندارد.

مي تواني آزمایش كني: شاید جوان باشي و شاید پیر باشي... فقط چشمانت را ببند و پیدا كن. سعي كن احساس كني كه مركزت چگونه است : پیر است؟ جوان است؟

درخواهي یافت كه مركز هیچكدام نیست. همیشه تازه است و هرگز پیر نمي شود. چرا؟

زیرا مركز به زمان تعلق ندارد. در روند زمان همه چیز پیر مي شود. انساني به دنیا مي آید ، بدن از هم اكنون شروع كرده به پیرشدن! وقتي مي گوییم كه نوزادي یك هفته سن دارد، یعني كه یك هفته پیري وارد وجود آن نوزاد شده است.

او از هم اكنون هفت روز به مرگ نزدیك شده است، او هفت روز از مردن را كامل كرده است. او به سمت مرگ رهسپار است ، دیر یا زود خواهد مرد.

هرچه كه با زمان بیاید، پیر مي شود. لحظه اي كه وارد زمان شود، پیشاپیش پیر شده است.

بدن تو پير است، پيرامونت پير است. نمي تواني تا ابد عاشق بدن باشي. ولي مركزت هميشه جوان است. هميشه تازه است. زماني كه با مركز وجودت در تماس باشي عشق يك اكتشاف مدام است. و آنگاه ماه عسل هرگز پايان نمي گيرد. اگر تمام شود، ابداً ماه عسل نبوده است ، فقط يك آشنايي بوده است.

و آخرين چيزي كه هميشه بايد به ياد سپرده شود اين است: در رابطه ي عشقي، اگر خطايي پيش بيايد، هميشه ديگري را سرزنش مي كني. اگر چيزي آنطوري كه بايد پيش نرود، هميشه ديگري مسئولش است.

اين تمام امكان رشد بيشتر را نابود مي كند.

به ياد بسپار: اين تويي كه هميشه مسئول هستي، و خودت را تغيير بده.

و آن كيفيت هاي مشكل آفرين را دور بينداز. بگذار عشق تو را دگرگون كند.

همانطور كه در درس هاي بازاريابي مي گويند: " حق هميشه با مشتري است." من نيز مايلم به شما بگويم: در دنياي عشق و رابطه، هميشه اشتباه از تو است ، هميشه ديگري حق دارد.

و عشاق هميشه چنين احساسي دارند. اگر عشق وجود داشته باشد، هميشه احساس مي كنند: اگر چيزها آنطور كه بايد اتفاق نيفتند، اين من هستم كه اشتباه مي كنم. و هردو چنين احساسي دارند! آنوقت چيزها رشد مي كنند، آنوقت مركزها گشوده مي شوند ومرزها درهم مي آميزند.

ولي اگر فكر كني كه ديگري اشتباه مي كند، خودت و ديگري را مي بندي. و آن ديگري نيز فكر مي كند كه تو اشتباه مي كني. و افكار مسري هستند. اگر فكر كني ديگري اشتباه مي كند ، حتي اگر آن را بيان نكرده باشي، حتي اگر لبخند بزني و نشان بدهي كه فكر نمي كني ديگري اشتباه كرده ، آن ديگري نكته را خواهد گرفت... توسط چشمانت، توسط حركاتت، از روي صورتت.

حتي اگر يك هنرپيشه باشي، هنرپيشه اي بزرگ و بتواني صورتت را و حركاتت را طوري نشان بدهي كه ديگري متوجه نشود، بازهم ناخودآگاهت پيوسته علامت خواهد داد: "خطا از تو است."

و وقتي كه بگويي كه ديگري اشتباه كرده، ديگري نيز اين احساس را خواهد داشت كه تو اشتباه كرده اي.

رابطه روي چنين سنگي نابود مي شود. و سپس مردم بسته مي شوند. اگر به كسي بگويي كه اشتباه مي كند، او شروع مي كند به حفاظ بستن و دفاع كردن. آنگاه بسته شدن روي مي دهد.

هميشه به ياد داشته باش: در عشق، هميشه تو اشتباه مي كني. و آنگاه آن امكان باز خواهد شد. و آن ديگري نيز همين احساس را خواهد كرد. اين ما هستيم كه آن احساس را در ديگري خلق مي كنيم.

و وقتي كه عشاق به هم نزديك هستند، بي درنگ افكار شروع مي كنند به پرش كردن از يكي به ديگري. حتي اگر چيزي نگويند، حتي اگر ساكت باشند، بازهم در ارتباط هستند.

زبان براي غيرعشاق است، كساني كه در عشق نيستند.

براي عشاق، سكوت زباني كافي است. آنان بدون گفتن كلمه اي باهم صحبت مي كنند.

اگر عشق را همچون يك سلوك ببيني، همچون يك انضباط دروني، پس نگو كه ديگري اشتباه كرد.

فقط سعي كن دريابي: جايي، چيزي بايد در تو اشتباه باشد، و آن خطا را بينداز.

اين مشكل خواهد بود، زيرا با نفس مخالف است. اين دشوار خواهد بود زيرا كه غرورت را آزرده خواهد كرد. دشوار است زيرا كه در آن سلطه گري و مالكيت وجود ندارد.

تو با مالك شدن ديگري، قوي تر نخواهي بود. اين نفس تو را نابود خواهد كرد ،

براي همين است كه دشوار است.

ولي نكته در نابودي نفس است، هدف همين است. از هركجا كه به سوي دنياي درون روي بياوري ، از عشق، از مراقبه، از يوگا، از نيايش ، هر طريقي را كه انتخاب كني، مقصد يكي است: نابودي نفس، دورانداختن نفس.

توسط عشق اين كاري بسيار آسان خواهد بود. و بسيار طبيعي است! عشق يك دين طبيعي است. هرچيزي ديگر بيشتر غيرطبيعي خواهد بود.

و اگر نتواني با عشق كار كني، كاركردن با ساير روش ها دشوارتر خواهد بود.

و زياد به زندگاني هاي پيشين فكر نكن، و زياد به آينده فكر نكن.

زمان حال كافي است. فكر نكن كه رابطه از گذشته مي آيد، از گذشته *مي آيد*، ولي زياد به آن فكر نكن زيرا اوضاع پيچيده تر خواهد شد. كارها را آسان كن.

روابط ادامه دار هستند و چيزها از زندگاني هاي گذشته يك پيوستگي دارند. پس من اين واقعيت را انكار نمي كنم، ولي با اين گرانبار نشو. و اين در آينده نيز ادامه خواهد داشت، ولي به آن فكر نكن.

در زمان حال خيلي نكته هاست كه بايد حل شوند.

شيريني را بخور و بگو: *اين* شيريني خوشمزه است. به گذشته فكر نكن و به آينده فكر نكن ، آن ها خودشان از خودشان مراقبت مي كنند.

هيچ چيز ناپيوسته نيست. شما در گذشته نيز در رابطه بوده ايد. عاشق بوده ايد و نفرت داشته ايد، دوست پيدا كرده و دشمن ساخته ايد. و همين ادامه دارد چه بداني و چه نداني هميشه هست.

ولي اگر شروع كني در موردش به فكر فروبروي، زمان حال را ازكف خواهي داد.

پس طوري فكر كن كه گويي گذشته اي وجود ندارد و طوري فكر كن كه آينده اي وجود ندارد.

*اين* لحظه تنها چيزي است كه به تو عطا شده است. آن را درياب ، طوري كه تنها چيز همين است.

طوري رفتار كن كه فقط همين لحظه وجود دارد و آن را درياب: چگونه مي تواني انرژي هايت را به يك پديده ي عشقي متحول سازي ، در همين لحظه.

مردم نزد من مي آيند و درخواست مي كنند كه از زندگاني هاي پيشينشان بدانند. آنان زندگاني هاي گذشته داشته اند، ولي اين بي ربط است. اين درخواست از كجاست؟ در مورد گذشته چه مي خواهي بكني؟

اينك هيچ كاري نمي توان كرد. گذشته گذشته است و نمي توان آن را بازگرداند و تغيير داد. قادر به عوض كردنش نيستي. نمي تواني به عقب برگردي. براي همين است كه طبيعت، با خرد خودش، به تو اجازه نمي دهد زندگاني هاي پيشين را به ياد بياوري. وگرنه ديوانه مي شدي.

شايد عاشق دختري شده باشي. اگر ناگهان آگاه شوي كه آن دختر در زندگاني پيشين مادرت بوده، اوضاع بسيار پيچيده خواهد شد! آنوقت چه مي كني؟

و وقتي كه آن دختر در زندگاني قبلي مادرت بوده، اينك عشقبازي با او توليد احساس گناه مي كند.

عشقبازي نكردن با او نيز توليد احساس گناه مي كند، زيرا كه عاشق او هستي.

براي همين است كه مي گويم طبيعت خردمند است و هرگز به تو اجازه نمي دهد كه آن زندگاني هاي پيشين را به ياد بياوري ، تاوقتي كه به نقطه اي برسي كه مجاز باشي‘ تا زماني كه چنان مراقبه گونه گردي

كه هيچ چيز تو را آشفته نسازد. آنگاه درها گشوده مي شوند و تمامي زندگاني هاي پيشين در برابرت هستند. و اين يك مكانيسم اتوماتيك است. گاهي اين مكانيسم كار نمي كند. گاهي تصادفاً كودكاني به دنيا مي آيند كه مي توانند به خاطر بياورند. ولي زندگي آنان خراب مي شود.

چند سال پيش دختري را نزد من آوردند. او دو زندگاني پيشين خودش را به ياد مي آورد. در آنزمان فقط سيزده سال داشت، ولي اگر به چشمانش نگاه مي كردي، تقريباً هفتاد ساله مي نمود ، زيرا دو زندگي، هفتاد سال را به ياد مي آورد.

بدنش سيزده سال داشت، ولي ذهنش هفتاد ساله بود. نمي توانست با ساير كودكان بازي كند، زيرا يك پيرزن هفتاد ساله چگونه مي تواند با كودكان بازي كند؟

او همچون يك پيرزن هفتاد ساله راه مي رفت و رفتار مي كرد.

و او گرانبار بود ، نگراني هاي تمام آن سال ها در ذهنش بود.

او چنان با دقت به ياد مي آورد كه اعضاي خانواده هاي پيشين او مي توانستند پيدا شوند.

يك خانواده در *آسام* Assam بود و ديگري در *ماديا پرادش* Madhya Pradesh. و وقتي با خانواده هاي پيشينش تماس پيدا كرد، چنان به آن ها وابسته شده بود كه مشكل آفرين بود ، اينك كجا زندگي كند؟

به والدين او گفتم: "او را دست كم سه هفته نزد من نگه داريد. من تلاش مي كنم به او كمك كنم كه فراموش كند، زيرا زندگي او يك انحراف خواهد بود. او نمي تواند عاشق كسي شود ، خيلي پير است!"

پيري شما به حافظه مربوط است. اگر گنجايش حافظه ات هفتاد سال باشد، آنوقت احساس هفتادسالگي مي كني. و به نظر مي رسيد كه او تحت شكنجه باشد، صورتش، حركاتش... او در مركز وجودش بسيار بيمار بود ، ناراحت و آشفته. همه چيز به نظر اشتباه مي آمد.

ولي والدين او از تمام اين اوضاع لذت مي بردند! زيرا مردم شروع كردند به آمدن و روزنامه ها شروع كردند به گزارش نوشتن. والدين او از تمام اين چيزها خوشحال بودند.

آنان به من گوش ندادند و من به آنان گفتم كه اين دختر ديوانه خواهد شد.

آنان هرگز آن دختر را دوباره نزد من نياوردند.

ولي پس از هفت سال بازگشتند ، دختر ديوانه شده بود. گفتند: " حالا كاري بكن.

گفتم: "اينك غيرممكن است بتوان كاري كرد. اينك تنها مرگ است كه مي تواند كمك كند!"

تو به خاطر نمي آوري، زيرا از عهده اش برنمي آيي.

حتي در همين زندگي هم بسيار خرابكاري مي كني ، با به ياد آوردن زندگاني هاي بسيار، فقط ديوانه خواهي شد. به اين چيزها فكر نكن. بي ربط نيز هست.

نكته ي مربوط اين است: اينك و اينجا باش، و راهت را برو.

اگر بتواني توسط يك رابطه به هدف برسي، زيباست.
اگر نتواني از طريق رابطه به مقصد برسي، در تنهايي كار كن. اين ها دو طريق هستند.
عشق يعني كاركردن توسط رابطه و مراقبه يعني كاركردن به تنهايي.

عشق و مراقبه ، اين ها دو راه هستند.

احساس كن كه كدام براي تو مناسب است.

آنگاه تمام انرژي ات را به آن بياور و در آن طريق  حركت كن.

# حقيقت، شكوفايي سكوت است

*پرسش دوم*

*اشو جان، كلام شما بسيار زيباست، بااين وجود احساس مي كنيم كه وقتي با ما سخن مي گوييد، نوعي ديگر از ارتباط نيز اتفاق مي افتد.*

*آيا ممكن است در مورد اين ارتباط ساكت با ما سخن بگوييد و اينكه چگونه بيشتر نسبت به آن باز باشيم؟*

آن ارتباط هميشه وجود دارد. وقتي من با شما سخن مي گويم، همچنين با شما نيز وجود being دارم.

و حرف زدن توسط عقل به شما مرتبط مي شود و وجود، توسط تمامي هستي من.

وقتي به من گوش مي دهي، اگر واقعاً بشنوي، آنوقت فقط گوش دادن به كلمات نيست.

با شنيدن من، ذهن متوقف مي شود. با گوش دادن به من، تو فكر نمي كني.

و وقتي كه فكر نكني، باز خواهي بود. و وقتي فكر نكني، و ذهنت عمل نكند، شروع مي كني به احساس كردن. آنگاه من مي توانم تو را سرشار سازم، مي توانم بيايم و تو را پر كنم.

كلام فقط همچون يك ابزار است. خود من زياد علاقه اي به كلام ندارم. ولي مجبورم كه سخن بگويم، زيرا احساس من چنين بوده: وقتي كه من حرف مي زنم، شما ساكت مي شويد. اگر حرف نزنم، آنوقت شما در درونتان حرف مي زنيد و ساكت نيستيد.

اگر بدون حرف زدن من ساكت باشيد، آنوقت نيازي به سخن گفتن نيست. و من منتظر چنين لحظه اي هستم، وقتي كه فقط بتوانيد در كنار من بنشينيد، فقط نزديك من بنشينيد، بدون اينكه فكر كنيد.

آنگاه نيازي به حرف زدن نيست ، زيرا حرف زدن ناقص است.

آنگاه من مي توانم با تمامي وجودم، مستقيماً برشما وارد شوم. نيازي به هيچگونه سخن مراقبه گونه نيست.

ولي اگر به شما بگويم كه ساكت در كنار من بنشينيد، قادر نخواهيد بود در سكوت بنشينيد.

به وراجي كردن ادامه خواهيد داد، در درون به حرف زدن ادامه مي دهيد.

صحبت هاي دروني ادامه خواهند داشت. من براي اينكه صحبت هاي دروني شما را متوقف كنم، مجبورم با شما حرف بزنم، تا ضمن حرف زدن من، شما سرگرم باشيد.

سخنان من تنها مانند بازيچه اي است كه به كودك مي دهند. او به بازي كردن با آن ادامه مي دهد و ساكت و سرگرم مي شود. من سخنانم را همچون يك بازيچه به شما مي دهم. با آن ها بازي مي كنيد و زماني كه سرگرم بازي كردن با آن ها هستيد، چنان سرگرم هستيد كه ساكت مي شويد!

و هرگاه سكوت روي بدهد، من مي توانم در شما جاري شوم.

سخنان مي توانند زيبا باشند، ولي هرگز نمي توانند واقعي باشند.

زيبايي يك ارزش زيباشناسانه aesthetic است. مي تواني از آن لذت ببري، مانند ديدن يك تابلوي نقاشي زيبا. ولي از اين لذت تو هيچ اتفاقي نمي تواند رخ بدهد. تا همين حد لذت بردن خوب است، ولي واژگان هرگز نمي توانند واقعي باشند.

طبيعتشان چنين است كه نمي توانند واقعي باشند.

حقيقت فقط در سكوت مي تواند منتقل شود.

ولي تناقض نمايي چنين است: تمام كساني كه اصرار داشته اند كه حقيقت فقط در سكوت منتقل مي شود، همگي از كلام استفاده كرده اند. مايه ي شرمندگي است، ولي هيچ كاري در موردش نمي توان انجام داد.

براي ساكت كردن شما بايد از كلام استفاده كرد. وقتي به من گوش مي دهيد، ساكت مي شويد.

اين سكوت اهميت دارد، و در آن سكوت است كه مي توانيد لمحه اي از حقيقت را ببينيد.

حتي اگر توسط سخنان من به لمحه اي از حقيقت دست بيابيد، آن لمحه توسط سكوت شما آمده است ، نه توسط كلام من.

حتي اگر مطلقاً يقين بيابي كه هرچه مي گويم درست است، آن احساس يقين مطلق توسط سكوت خودت آمده است، نه توسط كلام من.

هرگاه كه ساكت باشي، حقيقت وجود دارد. هرگاه كه در درونت وراجي كني و ذهنت ميمون وار به وراجي ادامه دهد، حقيقت را، كه هميشه وجود دارد ، از دست مي دهي.

هركاري كه من مي كنم ، حرف مي زنم، به شما كمك مي كنم تا با من مراقبه كنيد، وادارتان مي كنم كه وارد روند تخليه سازي عاطفي catharsis شويد، يا به رقصيدن و جشن گرفتن ترغيبتان مي كنم ،_ هر عملي كه انجام دهم، هدف فقط يكي است: به نوعي كمكتان كنم كه ساكت شويد.

زيرا هرگاه ساكت هستيد، درها گشوده مي شوند ، در پرستشگاه هستيد. اينكه چگونه ساكت مي شوي، مهم نيست.

ساكت مي شوي و سپس من در درونت هستم، تو در درون من هستي. سكوت مرزي نمي شناسد. در سكوت، عشق اتفاق مي افتد. من معشوق تو شده ام و تو عاشق من شده اي.

در سكوت هرآنچه كه اهميت دارد رخ مي دهد.

ولي رسيدن به سكوت كاري دشوار و طاقت فرساست.

بنابراين من علاقه ي چنداني به آنچه كه به شما مي گويم ندارم.

به آنچه كه در درون شما روي مي دهد علاقه دارم. من گاهي اوقات حرف هاي ضدونقيض مي زنم. امروز چيزي مي گويم و فردا چيزي ديگر ،_ زيرا آنچه كه مي گويم نكته نيست. سخن گفتن من همچون شعر است. من يك فيلسوف نيستم. شايد يك شاعر باشم، ولي يك فيلسوف نيستم.

فردا چيزي ديگر خواهم گفت؛ پس فردا چيزي ديگر. نكته اين نيست. سخنان من شايد متناقض باشند، ولي خودم متناقض نيستم ، زيرا امروز چيزي مي گويم و شما ساكت مي شويد.

فردا چيزي دقيقاً مخالف آن مي گويم و بازهم ساكت مي شويد. پس فردا، بازهم چيزي مطلقاً متناقض مي گويم كه با هرآنچه كه گفته ام در تناقض است ، ولي شما ساكت مي شويد. سكوت شما پيوسته بودن من است.

من پيوسته هستم، هميشه پيوسته هستم، در سطح تناقض مي گويم، ولي جريان دروني يكسان باقي مي ماند.و به ياد بسپار: اگر هر روز يك چيز را به شما بگويم، ساكت نخواهيد بود. آنوقت حوصله تان سر مي رود و حرف زدن هاي دروني شروع مي شوند.

اگر هميشه يك چيز را بگويي، كهنه مي شود. و وقتي كهنه شد نيازي نداري به آن گوش بدهي، يا، حتي بدون شنيدن، مي داني كه چه مي گويم، پس مي تواني به حرف زدن دروني ادامه بدهي.

من بايد مبتكر باشم و با سخنانم گاهي شما را شوكه كنم. ولي يك پيوستگي دروني باقي مي ماند و آن ايجاد سكوت در شماست ، زيرا آنوقت مي توانم با شما باشم و شما مي توانيد با من باشيد. در آنجاست كه عشق و حقيقت مي تواند شكوفا شود.

هركجا كه سكوت باشد، حقيقت هست. حقيقت، شكوفايي سكوت است.

# فقط ميوه ي رسيده مي افتد

### *صبح هشتم*

### *17 مي 1974*

*اشو جان، احساس مي كنم كه با پرورش خصيصه ي تحمل كردن مشكلات،*
*در مورد خيلي از نكات زندگي استعفا داده ام. احساس مي كنم اين استعفا همچون باري سنگين*
*است كه با تلاشم براي بيشتر سرزنده بودن در مراقبه، مخالف است.*
*آيا اين به آن معني است كه من نفس خودم را*
*سركوب كرده ام و پيش از اينكه واقعاً آن را ازدست بدهم، بايد آن را پيدا كنم؟*

يكي از بزرگترين مشكلات. به ظاهر بسيار متناقض است، ولي درست است: پيش از اينكه نفس را ازدست بدهي، بايد آن را به دست آوري.

فقط ميوه ي رسيده است كه به زمين مي افتد.

پخته شدن ripeness همه چيز است. يك نفس ناپخته نمي تواند دور انداخته شود، نمي تواند نابود شود. و اگر با نفسي ناپخته مبارزه كني تا آن را نابود و محلول كني، تمامي آن تلاش عبث خواهد بود.

و به جاي نابودكردنش، درخواهي يافت كه به روش هايي ظريف تر، قوي تر گشته است.

اين نكته اي اساسي براي فهميدن است: نفس بايد به اوج خودش برسد، بايد قوي باشد، بايد به يك يكپارچكي an integrity برسد ، فقط آنوقت مي تواني آن را محو كني.

يك نفس ضعيف نمي تواند نابود شود. و اين يك مشكل مي شود.

در شرق، تمام مذاهب بي نفسي را موعظه مي كنند. بنابراين در شرق، همه از همان ابتدا با نفس مخالف هستند. به سبب همين نگرش مخالف، نفس هرگز قوي نمي شود، هرگز به درجه ي يكپارچه شدن نمي رسد كه بتواند از آنجا دورانداخته شود. هرگز به پختگي نمي رسد.

بنابراين در شرق، محوسازي نفس بسيار مشكل است ، تقريباً ناممكن است.

در غرب، تمام سنت مذهبي و روانشناختي اصرار دارد و به مردم مي آموزد كه

نفس هايي قوي داشته باشند ، زيرا تاوقتي که نفسي قوي نداشته باشي، چگونه مي تواني زنده بماني؟ زندگي يك مبارزه است، اگر بي نفس باشي، نابود خواهي شد. آنوقت چه کسي مقاومت خواهد کرد؟ چه کسي خواهد جنگيد؟

چه کسي رقابت خواهد کرد؟ و زندگي يك رقابت پيوسته است.

روانشناسي غربي مي گويد: "نفست را به دست بياور ، آن را قوي کن."

ولي در غرب محو کردن نفس بسيار آسان است. بنابراين هرگاه يك سالك غربي به اين ادراك مي رسد که مشکل در آن نفس است، مي تواند به آساني آن را محو کند ، ساده تر از هر سالك شرقي.

تناقض نمايي در اين است: در غرب، تقويت نفس آموخته مي شود و در شرق بي نفس بودن. ولي در غرب، نابودکردن نفس آسان است و در شرق بسيار دشوار.

اين يك کار دشوار است که نخست نفس را به دست آوري و سپس آن را رها کني. زيرا فقط چيزي را مي تواني رها کني که آن را در تصاحب داري. اگر مالك آن نباشي، چگونه آن را از دست خواهي داد؟

فقط وقتي مي تواني فقير باشي که ثروتمند بوده باشي. اگر ثروتمند نباشي، فقر تو نمي تواند آن زيبايي را داشته باشد که *مسيح* موعظه مي کرد: "در روح فقير باشيد" be poor in spirit .

فقر تو نمي تواند آن اهميتي را داشته باشد که فقر *گوتام بودا* داشت.

فقط انسان غني است که مي تواند فقير باشد، زيرا فقط وقتي مي تواني چيزي را از دست بدهي که آن را داشته باشي!

اگر هرگز ثروتمند نبوده باشي، چگونه مي تواني فقير باشي؟ فقر تو فقط در سطح خواهد بود، هرگز به روحت نخواهد رسيد. در سطح فقير خواهي بود و در عمق وجودت مشتاق ثروت خواهي بود. روحت دنبال ثروت خواهد بود. روحي جاه طلب خواهي داشت که هميشه درپي مال و ثروت خواهد بود.

فقط در ظاهر و سطح فقير هستي. و شايد حتي به خودت تسليت بدهي که فقر خوب است!

ولي نمي تواني فقير باشي ، فقط يك انسان ثروتمند، واقعاً ثروتمند، مي تواند فقير باشد.

زيرا فقط ثروت داشتن براي واقعاً غني بودن کافي نيست. شايد هنوز هم گدا باشي. اگر هنوز جاه طلبي وجود داشته باشد، گدا هستي. آنچه که داري مهم نيست. اگر به قدر کافي داشته باشي، آنگاه آرزوي داشتن ازبين خواهد رفت.

وقتي به قدر كافي ثروت داشته باشي، خواهش ثروت ازبين خواهد رفت.

معيار كافي بودن، ازبين رفتن خواهش است. آنوقت غني هستي ، مي تواني مال را رها كني، مي تواني فقير باشي، مي تواني همچون *بودا* يك گدا باشي.

و آنگاه فقر تو غنا دارد، آنگاه فقر تو درجاي خودش يك پادشاهي است.

و با همه چيز چنين است: *اپانيشادها*، يا*لائوتزو* يا *مسيح* يا *بودا* ، همگي مي آموزند كه دانش بي فايده است. فقط بيشتر و بيشتر دانش آلوده شدن، كمك چنداني نخواهد كرد.

نه تنها كمك زيادي نخواهد كرد، بلكه مي تواند يك مانع شود.

دانش مورد نياز نيست، ولي اين به آن معني نيست كه نادان بماني. آنگاه جهل تو واقعي نخواهد بود.

وقتي كه به قدر كافي دانش گردآورده باشي و سپس آن را دور بيندازي، آنگاه به آن جهل مطلوب مي رسي. آنوقت مي تواني واقعاً *جاهل* بشوي ، مانند *سقراط* كه بتواند بگويد:

"من فقط يك چيز مي دانم كه هيچ نمي دانم."

اين دانش، يا اين جهل ، هرنامي كه دوست داري مي تواني به آن بدهي ، كاملاً متفاوت است، كيفيت آن تفاوت دارد، بعد آن تغيير يافته است.

اگر فقط به اين سبب جاهل باشي كه هرگز به دانشي دست نيافته اي، جهل تو نمي تواند خردمندانه باشد، نمي تواند خرد باشد ، فقط نبود دانش است. و آن اشتياق در درون ادامه خواهد داشت: چگونه دانش بيشتري به دست آورم؟ چگونه اطلاعات بيشتري كسب كنم؟

وقتي كه خيلي زياد بداني ،متون مقدس را دانسته باشي، گذشته و سنت هاي آن را دانسته باشي و هرآنچه را كه مي توان دانست، دانسته باشي، آنگاه ناگهان از تمام بيهودگي آن آگاه مي شوي، ناگهان درخواهي يافت كه اين دانش نيست. اين ها وام گرفته شده هستند!

اين تجربه ي وجودين خودت نيست، اين چيزي نيست كه خودت به آن رسيده باشي.

شايد ديگران آن را دانسته باشند، تو فقط آن را جمع آوري كرده اي.

گردآوري كردن تو عملي مكانيكي است، از وجودت برنخاسته است، يك رشد نيست.

فقط زباله هايي است كه از درهاي ديگر جمع كرده اي ، قرضي و مرده است.

به ياد بسپار: دانش فقط وقتي زنده است كه *تو* آن را دانسته باشي، وقتي كه تجربه ي مستقيم و بلافصل خودت باشد. ولي وقتي كه از ديگران آموخته باشي، حافظه است و نه دانش. حافظه مرده است.

وقتي كه اطلاعات بسيار گردآوري كردي ، گنجينه اي عظيم از متون مقدس و هرآنچه كه در اطراف وجود دارد، وقتي كه تمام كتابخانه ها را در ذهنت متراكم ساختي و ناگهان دريافتي كه فقط بارهاي ديگران را حمل مي كني و هيچ چيز از آن خودت نيست و خودت آن ها را نشناخته اي، آنوقت مي تواني آن را رها كني، مي تواني تمام اين دانش را دوربريزي. در آن دورانداختن، نوعي جديد از جهل در تو برمي خيزد.

اين جهل، ندانستن يك جاهل نيست. اين خرد است، انسان خردمند اينگونه است.

فقط انسان خردمند است كه مي تواند بگويد: "من نمي دانم." ولي با گفتن، "نمي دانم،"

او مشتاق دانستن نيست، فقط واقعيتي را بيان مي كند. و وقتي بتواني با تمام قلبت بگويي: "نمي دانم،" در همان لحظه چشم هايت گشوده مي شوند، و درهاي شناخت گشوده مي گردند.

در همان لحظه كه بتواني با تمام وجود "نمي دانم" بگويي، قادر به شناخت شده اي.

اين ناداني زيباست، ولي توسط دانش به دست آمده است. همان فقري است كه توسط ثروت به دست آمده است.

و همين با نفس نيز اتفاق مي افتد ، وقتي مي تواني آن را ازدست بدهي كه داشته باشي.

وقتي كه *بودا* تخت و تاج شاهي را رها مي كند و يك گدا مي شود.... لزوم آن براي *بودا* چيست؟

او يك شاهزاده بود، برتخت نشسته بود، در اوج نفس خودش بود ، چرا به اين تفريط كشيده شد؟

چرا از كاخ بيرون زد و به خيابان آمد و يك گدا شد؟

ولي *بودا* در گدايي كردنش يك زيبايي بود، يك گداي بسيار غني، گدايي كه همچون يك پادشاه بود.

وقتي كه از تخت سلطنت پايين آمد چه اتفاقي افتاد؟ او از نفس خودش پايين آمد ، زيرا تخت و تاج چيزي بيش از نماد نيستند، نمادهاي نفس، نماد هاي قدرت، اعتبار و مقام. او پايين آمد و سپس بي نفسي روي داد.

اين بي نفسي، تواضع نيست، فروتني نيست. مي تواني مردمان متواضع بسياري را پيدا كني ، ولي در زير تواضع آنان، نفسي ظريف مشغول عمل كردن است.

چنين گفته اند كه روزي *ديوژن* به ديدار *سقراط* رفت. *ديوژن* مانند فقرا به نظر مي رسيد، هميشه لباس هاي پاره و ژنده مي پوشيد. حتي اگر لباس نو به او مي دادي، استفاده نمي كرد ، اول آن را كثيف و كهنه و پاره مي كرد و سپس آن را مي پوشيد.

او به ديدار *سقراط* رفت و شروع كرد به سخن گفتن درمورد بي نفسي. ولي چشمان بانفوذ *سقراط* دريافت كه اين مرد انساني بدون نفس نيست. طوري كه در مورد فروتني سخن مي گفت بسيار نفساني بود.

چنين گزارش شده كه *سقراط* به او گفت: "لباس هاي ژنده ات را دور بينداز، لباس هاي پاره را دور بينداز، من به جز نفس چيزي در آن ها نمي بينم.
تو از تواضع سخن مي گويي، ولي همان نيز از مركز عميق نفس مي آيد."

اينگونه رخ مي دهد. نفاق اين چنين اتفاق مي افتد.

تو نفس داري و آن را توسط ضد آن پنهان مي كني ، در سطح فروتن مي شوي.

اين فروتني سطحي نمي تواند كسي را فريب دهد. شايد تو را فريب بدهد، ولي هيچكس ديگر را نمي تواند فريب دهد. از همان سوراخ هاي لباس ژنده ات، نفس سرك مي كشد. هميشه آنجا هست.

اين خودفريبي است و نه هيچ چيز ديگر.هيچكس ديگر گول نمي خورد.

اگر شروع كني به انداختن نفس ناپخته، چنين اتفاقي خواهد افتاد.

تعاليم من به نظر متناقض مي آيند، ولي در واقعيت زندگي درست هستند. تناقض در ذات زندگي است. بنابراين من به شما مي آموزم كه نفساني باشيد تا بتوانيد بي نفس شويد.
من به شما مي آموزم كه موجوداتي به كمال نفساني باشيد! آن را پنهان نكنيد، وگرنه نفاق زاده خواهد شد. و با يك پديده ي ناپخته مبارزه نكن. بگذار برسد ، و به پخته شدن آن كمك كن.
آن را به اوجش برسان!

نترس ، چيزي براي ترسيدن وجود ندارد. اين راهي است كه توسط آن عذاب نفس را درك خواهي كرد. وقتي كه نفس به اوج خودش برسد، آنوقت نيازي به يك *بودا* يا من نداري كه به تو بگويد كه نفس يك جهنم است. خودت خواهي دانست ، زيرا نفس در اوج خودش، چيزي جز يك كابوس و اوج تجارب جهنمي نيست. و آنگاه نيازي به هيچكس نيست كه به تو بگويد: آن را بينداز! حمل كردن آن دشوار خواهد بود.

و انسان فقط از طريق رنج بردن است كه به شناخت مي رسد.

و تو نمي تواني چيزي را فقط با مباحثات منطقي دور بيندازي.

فقط وقتي مي تواني چيزي را دور بيندازي كه چنان دردناك باشد كه ديگر نتواني آن را حمل كني.

نفس تو هنوز چنان دردناك نشده است، براي همين است كه مي تواني آن را حمل كني.
طبيعي است!
من نمي توانم تو را ترغيب كنم كه آن را دور بيندازي.
حتي اگر احساس تمايل كني، فقط آن را پنهان خواهي كرد، همين.
هيچ چيز ناپخته را نمي توان دور انداخت ، ميوه نارسيده به درخت خواهد چسبيد.
و درخت به آن ميوه ي نارسيده خواهد چسبيد. و اگر با فشار آن را جدا كني، زخمي برجاي خواهد ماند. و آن زخم دوام خواهد داشت و آن زخم هميشه تازه خواهد ماند و هميشه آزرده خواهي بود.
به ياد بسپار:هرچيزي براي رشدكردن زماني دارد، براي پخته شدن براي به زمين افتادن و نابود شدن.
نفس تو نيز زماني دارد. به پخته شدن نياز دارد.
بنابراين از اينكه نفساني باشي نترس. تو چنين هستي، وگرنه مدت ها پيش ازميان رفته بودي. و نمي تواني وجود داشته باشي....
مكانيسم زندگي چنين است: بايد نفساني باشي، بايد بجنگي و بايد با ميليون ها خواسته در اطرافت مبارزه كني، بايد زنده بماني.
نفس يك عملكرد بقا است. اگر كودك بدون نفس زاده شود، خواهد مرد. نمي تواند زنده بماند، ناممكن است. زيرا اگر احساس گرسنگي كند، احساس نخواهد كرد كه " من گرسنه هستم." گرسنگي را احساس مي كند كه وجود دارد ، ولي نه در ارتباط با خودش.
لحظه اي كه گرسنگي وجود داشته باشد، كودك حس مي كند: " من گرسنه هستم" و شروع مي كند به گريستن و تلاش براي تغذيه شدن.
كودك از طريق رشد نفسش، رشد مي كند.
پس به نظر من، نفس بخشي از رشد طبيعي است. ولي اين به آن معني نيست كه بايد تا ابد با آن بماني.
رشد طبيعي وجود دارد و سپس گام دومي هست، زماني كه بايد دورانداخته شود. اين نيز طبيعي است.
ولي اين گام دوم فقط وقتي مي تواند برداشته شود كه نخستين گام به كمال و اوج خودش رسيده باشد.
بنابراين من هردو را مي آموزم ، هم نفساني بودن را و هم بي نفسي را.

نخست موجودي نفساني باش: نفساني كامل، نفساني مطلق، گويي كه تمام جهان هستي براي تو وجود دارد و تو در مركز آن هستي، تمام ستارگان دور تو گردش مي كنند و خورشيد براي تو طلوع مي كند و همه چيز براي تو وجود دارد و همه فقط براي اين هستند كه تو اينجا باشي. مركز باش و نترس ، زيرا اگر بترسي، آنگاه هرگز پخته نخواهي شد. آن را بپذير! بخشي از روند رشد است.

و از آن لذت ببر و آن را به اوج خودش برسان. وقتي كه به اوج رسيد، ناگهان هشيار خواهي شد كه تو مركز نيستي ، اين يك دروغ بوده و نگرشي بچه گانه بوده است.

ولي تو يك كودك بودي و اين هيچ اشكالي ندارد. اينك بالغ گشته اي و اينك مي تواني ببيني كه تو مركز نيستي.

درحقيقت، وقتي كه ببيني كه مركز تو نيستي، همچنين خواهي ديد كه جهان هستي مركزي ندارد،_يا اينكه، همه جا مركز آن است. يا هيچ مركزي وجود ندارد و جهان هستي همچون يك كل و تماميت، بدون يك مركز كنترل عمل مي كند، و يا اينكه هر يك دانه اتم، مركز جهان هستي است.

*جاكوب بوهم* Jacob Boehme گفته است كه تمامي دنيا پر از مركز است، هر يك اتم يك مركز است و پيراموني وجود ندارد.همه جا مركز و پيرامون، هيچ كجا.

اين ها دو امكان هستند. هر دو يك معني دارند. فقط در واژه مختلف هستند و متناقض.

ولي نخست يك مركز شو.

مانند اين است: داري خواب مي بيني و اگر رويا به اوج خودش برسد، شكسته خواهد شد.

هميشه چنين اتفاق مي افتد: هرگاه رويا به اوج خودش برسد، از خواب بيدار مي شوي.

و اوج يك رويا چيست؟ اوج يك رويا اين است كه احساس كني آن حادثه واقعي است.

احساس خواهي كرد كه اين واقعي است و رويا نيست و حوادث ادامه دارند و ادامه دارند و به اوج نزديك مي شوند و سپس لحظه اي وجود دارد كه *تقريباً* واقعي مي شود.

هرگز نمي تواند واقعي شود، ولي تقريباً واقعي مي شود. چنان به واقعيت نزديك مي شود كه اينك نمي تواني جلوتر بروي، زيرا فقط يك گام ديگر مانده و سپس آن رويا واقعي خواهد شد ، و نمي تواند واقعي شود، زيرا كه يك روياست! ولي وقتي كه *خيلي* به واقعيت نزديك شود، خواب شكسته مي شود و رويا فرومي پاشد و تو كاملاً بيدار هستي.

همين واقعه با تمام دروغ ها رخ مي دهد. نفس بزرگترين روياست. زيبايي خودش و عذاب خودش را دارد. سرور خودش و رنج خودش را دارد. بهشت خودش و دوزخ خودش را دارد ، هردو وجود دارند.

رويا گاهي زيباست و گاهي كابوس است، ولي هردو رويا هستند.

بنابراين من به تو نمي گويم كه پيش از وقت خودش از رويايت بيرون بيا.

نه، هرگز هيچ كاري را قبل از زمان خودش نكن.

بگذار چيزها رشد كنند، بگذار چيزها به زمان خودشان برسند تا همه چيز به طور طبيعي اتفاق بيفتد.

نفس انداخته خواهد شد. همچنين مي تواند به خودي خودش بيفتد.

اگر فقط اجازه بدهي تا رشد كند و به رشد آن كمك كني، نيازي به انداختنش نخواهد بود.

و اين نكته اي بسيار عميق است: زيرا اگر *تو* آن را بيندازي، نفس در درون باقي مانده است.

چه كسي آن را خواهد انداخت؟ اگر فكر كني كه *تو* آن را خواهي انداخت، تو *خودت* همان نفس هستي ، پس هرآنچه را كه بيندازي، آن چيز واقعي نخواهد بود.

آن چيز واقعي محفوظ خواهد ماند و تو چيزي ديگر را خواهي انداخت.

تو نمي تواني خودت را بي نفس سازي. چه كسي اين كار را خواهد كرد؟ اين يك واقعه است، نه يك عمل.

تو در نفس رشد مي كني و به نقطه اي مي رسي كه تمام آن چنان جهنمي خواهد شد كه آن رويا درهم شكسته خواهد شد. ناگهان خواهي ديد كه آن غاز بيرون است ، هرگز درون بطري نبوده است.

تو هرگز يك نفس نبوده اي. نفس فقط رويايي در اطراف تو بوده ، مي گويم رويايي لازم.

بنابراين من آن را محكوم نمي كنم ، نفس بخشي از روند رشد است.

در زندگي همه چيز لازم است. هيچ چيز غيرضروري نيست، هيچ چيز نمي تواند غيرضروري باشد. هراتفاقي كه افتاده، بايد اتفاق مي افتاده.

هراتفاقي كه مي افتد، به سبب دلايل مشخص و عميقي اتفاق مي افتد. تو به نفس نياز داري تا بتواني در توهم بماني. نفس پيله اي است كه به حفاظت و بقاي تو كمك مي كند.

ولي انسان نيازي ندارد كه تا ابد در پيله بماند. وقتي كه آماده شدي، پيله را بشكن و بيرون بيا.

نفس همچون پوسته ي تخم مرغ است ، از تو محافظت مي كند.

ولي وقتي كه آماده شدي، پوسته را بشكن، از تخم بيرون بيا. نفس همان پوسته است.

ولي صبر كن. عجله كردن كمك زيادي نخواهد كرد. شتاب كمك نمي كند و شايد مانع شود.
بگذار زمانش برسد و آن را سرزنش نكن. زيرا چه كسي آن را سرزنش خواهد كرد؟
نزد اين " قديسان" برو ، از تواضع و فروتني سخن مي گويند ،_ و به چشمانشان نگاه كن: چنان نفس هاي تزيين شده اي در هيچ كجا نخواهي يافت!
اينك نفس هاي آنان جامه ي مذهب، *يوگا* و قداست پوشيده است. ولي نفس وجود دارد. شايد دنبال جمع آوري ثروت نباشند، ولي مريد جمع مي كنند. سكه ها تغيير كرده است و آنان تعداد مريدانشان را مي شمارند!
شايد در پي چيزهاي اين دنيايي نباشند، دنبال چيزهاي آن دنيايي هستند. ولي چه اين و چه آن، هردو، دنيا هستند. و شايد آنان طمع بيشتري داشته باشند، زيرا مي گويند: " اين چيزهاي فاني و اين چيزهاي موقتي... دنيا از لذات فاني تشكيل شده است." و آنان خواهان لذات ابدي هستند.
طمع آنان از نوع عالي است، نمي توانند با لذت هاي زودگذر راضي باشند، خواهان لذات جاوداني هستند.
تا چيزي جاودانه نباشد، آنان ارضا نخواهند شد. طمع آنان عميق است، طمع آنان مطلق است.
و طمع به نفس تعلق دارد. طمع عطش نفس است.
بنابراين گاهي چنين است كه قديسان بيش از گناهكاران نفساني هستند واز الوهيت بس دورتر هستند. و گاهي گناهكاران آسان تر از اين "قديسان" به خداوند دست مي يابند ، زيرا مانع، همان نفس است.
و اين تجربه ي من است كه گناهكاران مي توانند آسان تر از "قديسان" نفسشان را بيندازند.
آنان نفسشان را تغذيه كرده اند، از آن لذت برده اند و به تمامي آن را زندگي كرده اند.
و قديسان هميشه با نفس جنگيده اند، بنابراين هرگز به آن اجازه نداده اند تا پخته شود و برسد.
پس نگرش من اين است: نفس *بايد* انداخته شود، ولي شايد براي آن به انتظاري طولاني نياز باشد ، و تو فقط وقتي مي تواني آن را بيندازي كه آن را پرورش داده باشي.
و دشواري تمام اين پديده در اين است، زيرا ذهن مي گويد: "وقتي كه بايد آن را ازبين ببريم، پس چرا آن را بپروريم؟" اگر به ذهن گوش بدهي، دچار دردسر خواهي شد.
ذهن هميشه منطقي است و زندگي هميشه غيرمنطقي است، پس اين دو هرگز باهم ديدار نمي كنند.
اين يك منطق ساده و معمولي و رياضي است كه اگر مي خواهي اين خانه را خراب كني، پس چرا آن را بسازي؟ چرا اينهمه زحمت بكشي؟ و چرا وقت و انرژي هدر بدهي؟

خانه وجود ندارد! پس چرا آن را بسازي تا نابودش كني؟
درحقيقت، خانه نكته نيست، نكته *تو* هستي.
با ساختن خانه، اين تويي كه تغيير مي كني. و سپس با نابود كردن خانه، تو كاملاً تغيير خواهي كرد.
هرگز همان شخص سابق نخواهي بود ، زيرا در تمام روند ساختن آن خانه، تو رشد خودت را اثبات خواهي كرد. و سپس وقتي كه خانه كاملاً آماده شد، آن را ويران مي كني. اين يك دگرديسي خواهد بود.
ذهن منطقي است و زندگي، ديالكتيكي.
ذهن در يك خط صاف حركت مي كند و زندگي هميشه از يك قطب به قطب ديگر مي جهد، از يك چيز به ضد خودش.
زندگي ديالكتيكي است: مي سازي، و سپس زندگي مي گويد: "خرابش كن." به دنيا مي آيي، و سپس زندگي مي گويد: "بمير." به دست مي آوري، و سپس زندگي مي گويد: "رهايش كن." ثروتمند مي شوي،
و سپس زندگي مي گويد: "فقير باش."
يك قله باش، *اورستي* از نفس و سپس يك دره شو ، بي نفس.
آنگاه هردو را شناخته اي ، توهمي و واقعي را، *مايا* maya و *براهما* Brahma را شناخته اي.
اين تقريباً هر روز اتفاق مي افتد: كسي براي مشرف شدن به سلوك مي آيد و سپس ذهن شروع مي كند به عمل كردن و او به من مي گويد: " پوشيدن رداي نارنجي مرا نفساني تر خواهد كرد، زيرا آنوقت احساس مي كنم كه فردي متفاوت و متمايز هستم ، يك سالك هستم، كسي كه ترك دنيا كرده است.
پس رداي نارنجي مرا نفساني تر خواهد كرد."
و من به او مي گويم: " بشو! بيشتر نفساني شو ، ولي آگاهانه."
نفس يك بيماري است، اگر از آن ناآگاه باشي، اگر آن را در ناخودآگاه پنهان كني.
نفس يك بازي است ،اگر از آن هشيار باشي، مي تواني از آن لذت ببري. مي تواني آن را بازي كني. آگاه باش و هشيار باش و آن بازي را بازي كن! يك بازي چيز بدي نيست، ولي وقتي كه فراموش كني كه يك بازي است و خيلي جدي شوي، آنوقت مشكل درست مي شود.

بنابراين مي گويم كه *سانياس* چيزي جدي نيست، يك بازي است ، يك بازي مذهبي، البته. قواعد خودش را دارد، زيرا هر بازي بايد قواعد خودش را داشته باشد.

بدون قواعد نمي توان بازي كرد. زندگي مي تواند بدون قاعده باشد، ولي يك بازي نمي تواند!

اگر بگويي: "من از اين قاعده پيروي نمي كنم، " آنوقت نمي تواني بازي كني.

اگر ورق بازي مي كني، بايد از قواعد پيروي كني. و هرگز نمي گويي: "اين قواعد فقط اختياري و مصنوعي هستند، چرا تغييرشان ندهيم؟" مي تواني آن ها را تغيير بدهي، ولي آنوقت بازي كردن دشوار خواهد شد

و اگر هر فردي از قواعد خودش پيروي كند، آنوقت بازي كردن غيرممكن خواهد شد.

در زندگي ممكن هست! مي تواني هرطور كه خواستي بازي كني، زيرا زندگي هرگز به قواعد اعتقادي ندارد ، وراي قواعد است. ولي بازي ها قاعده دارند.

به ياد بسپار: هرگاه قواعدي مي بيني، فوراً بدان كه اين يك بازي است.

اين يك معيار است: هركجا قواعد مي بيني، فوراً درياب كه اين يك بازي است، زيرا بازي ها توسط قواعد وجود دارند.

بنابراين اگر بگويم: رداي نارنجي بپوس و تسبيح به گردن بينداز ، آشكار است كه اين يك بازي است. تا جايي كه مي تواني آن را خوب بازي كن و در موردش جدي نباش، وگرنه نكته را ازدست مي دهي.

نفساني باش ، يك نفساني كامل، نفس را پرورش بده. روي نفس خودت كار كن و از آن يك مجسمه ي زيبا بساز. زيرا قبل از اينكه آن را به خداوند تقديم كني، بايد چيزي باشد كه ارزش تقديم كردن را داشته باشد، بايد يك هديه باشد.

# موجي در اقيانوس بيكران

***پرسش دوم***

*اشو جان، گفتيد كه براي رسيدن به كيمياگري دروني، به انرژي زياد نياز است.*
*لطفاً در مورد انرژي بگوييد: چگونه مي توانيم آن را اضافه كنيم*
*و چگونه آن را حفظ كنيم؟*
*از چه راه هايي آن را از دست مي دهيم و*
*آيا مي توانيم آن را از منابع بيروني به دست آوريم؟*

نخست: تو بخشي از يك انرژي بي كران هستي، موجي در اقيانوسي بيكران.
اگر بتواني اين را به ياد بسپاري، هرگز انرژي ازدست نمي دهي، زيرا يك منبع بي پايان هميشه در دسترس هست. تو فقط يك موج هستي و در اعماق، اقيانوس نهفته است.
تو به دنيا مي آيي. چه كسي به تو زندگي مي بخشد؟ چه كسي به تو انرژي مي دهد كه در بدن حركت كني؟ چه كسي به بدن انرژي مي دهد تا يك موجود، دستگاهي زنده، ظريف و خودكار شود؟ بدن براي هفتاد سال، هشتاد سال و گاهي صدسال پيوسته زنده مي ماند. و اينك دانشمندان مي گويند كه مرگ فقط يك حادثه است و بدن مي تواند تا بي نهايت به كار خودش ادامه بدهد. دانشمندان مي گويند كه نيازي به وجود مرگ نيست. مرگ وجود دارد زيرا ما قادر نبوده ايم از انرژي بي پاياني كه در اطرافمان است استفاده كنيم.
پس نخستين نكته اي كه بايد به ياد داشت اين است: تو بخشي از يك انرژي بي نهايت هستي. اين را پيوسته به ياد داشته باش و احساس كن. در حال حركت، راه رفتن، غذاخوردن، خوابيدن ، احساس كن كه بي نهايت هستي ، اين چيزي است كه *اپانيشادها* مي گويند ، هميشه احساس كن كه آن *براهما* Brahma هستي، آن جاودانه.
اگر بتواني اين را بيشتر و بيشتر احساس كني، آگاه خواهي شد كه هيچ انرژي ازدست نمي دهي. آن منبع در اختيار قرار مي گيرد. تو يك وسيله نقليه براي آن مي شوي.
آنگاه هركاري ميلت بود انجام بده ، كسي با عمل كردن انرژي ازدست نمي دهد.
اين يكي از توهمات ذهن انسان است كه اگر كاري انجام دهي، انرژي ازدست مي دهي.
نه. اگر چنين فكري داشته باشي كه با فعاليت كردن انرژي ازدست مي دهي، انرژي ازدست خواهي داد ، نه توسط انجام آن كار، بلكه با داشتن چنين فكري.

وگرنه، تو با فعال بودن، مي تواني انرژي بگيري ، اگر چنين فكري داشته باشي.

وقتي مردم بازنشسته مي شوند، شروع مي كنند به فكركردن كه اينك انرژي كمتري دارند، پس بايد بيشتر استراحت كنند و آسوده باشند و نبايد هيچ كاري انجام دهند، وگرنه انرژي ازدست مي دهند. و آنگاه زودتر از آنكه بايد بميرند، مي ميرند. آمارها مي گويند كه طول عمر ده سال كاسته مي شود: شخصي كه كار مي كند شايد تا هفتادسالگي زنده مي بود، ولي با بازنشستگي، در شصت سالگي مي ميرد.

بدن تو يك پويايي است. هرچه بيشتر از آن استفاده كني، انرژي بيشتري توسط آن منبع بيكران تامين مي شود. انرژي با فعاليت از دست نمي رود ، با فعاليت آن را تجديد كني.

از انرژي استفاده مي كني و سپس انرژي بيشتري از آن منبع در اختيار قرار مي گيرد.

به درختان نگاه كن. خورشيد طلوع مي كند و آب روي برگ هاي درختان شروع به بخار شدن مي كنند. لحظه اي كه يك برگ شروع كند به بخاركردن آب، از ريشه ها آب تازه شروع به گردش مي كند، زيرا اين يك روند طولاني است. برگ آب را جذب مي كند و سپس نزديك برگ، خشك شدن اتفاق مي افتد.

آن خشكي بي درنگ آب راا‌ز تركه مي مكد، آنگاه تركه خشك مي شود و تركه، آب را از شاخه اش مي مكد. اين روند تا ريشه ها ادامه مي يابد و سپس ريشه آب را از زمين مي مكد. اگر برگ ها فكر كنند: "اگر ما آب را بخار كنيم، خواهيم مرد و از تشنگي هلاك مي شويم، " آنگاه اين درخت خواهد مرد. زيرا در اينصورت منابع جديد در دسترس نخواهند بود، آنوقت ريشه ها قادر به عمل كردن نخواهند بود.

تو نيز همچنين در بي نهايت ريشه داري. وقتي انرژي مصرف مي كني، از بي نهايت انرژي مي مكي. ريشه هايت شروع مي كنند به كاركردن.

در ذهن انسان اين فكر بسيار كاذب وجود دارد كه ما توسط فعاليت انرژي ازدست مي دهيم.

نه. هرچه بيشتر فعال باشي، انرژي بيشتري خواهي داشت، هرچه كمتر فعال باشي، انرژي كمتري خواهي داشت. و اين در موردتمام فعاليت هاي زندگي صدق مي كند. بيشتر عشق بورز و عشق بيشتري براي بخشيدن خواهي داشت. يك خسيس بشو و فكر كن: "اگر بيشتر عشق بورزم، آنوقت عشقم تمام مي شود و دير يا زود ديگر عشقي نخواهم داشت، پس بهتر است آن را

حفظ کنم،" ، آنوقت عشقت خواهد مرد و قادر به عشق ورزي نخواهي بود. بيشترعشق بورز و عشق بيشتري در اختيارت خواهد بود. بيشتر مصرف کن و بيشتر خواهي داشت.
قانون زندگي اين است. مي تواني آن شيريني را بخوري و هنوز هم آن را داشته باشي.
همين قانون در مهر، عشق، فعاليت يا هر بعد ديگر صادق است. در هر چيز که مي خواهي بيشتر باشي، بيشتر انجامش بده. اگر مي خواهي منبعي بي نهايت از عشق باشي، آنوقت به بخشيدن عشقت تا جايي که مي تواني ادامه بده. يك خسيس نباش ، فقط خسيس ها هستند که انرژي ازدست مي دهند.
و همگي ما خسيس هستيم، براي همين است که هميشه احساس مي کنيم انرژي ما ته کشيده است. ولي اين فکر مي تواند خطرناك و زهرآگين باشد. اگر اين فکر را داشته باشي، آن فکر کار مي کند ، ذهن از طريق هيپنوتيزم کار مي کند.
براي نمونه، تا همين چند دهه ي گذشته، در سراسر دنيا چنين پنداشته مي شد که انسان مقدار مشخصي انرژي جنسي دارد. اگر معاشقه کني، نيروي جنسي ازدست مي رود. اين فکر در سراسر دنيا خسيسان جنسي را آفريد. تمام اين فکر کاذب است. ولي اگر چنين فکري در ذهن داشته باشي، آنگاه هروقت عشقبازي کني، پيوسته خودت را هيپنوتيزم مي کني و به خودت تلقين مي کني که انرژي از دست داده اي، آنوقت انرژي تلف مي شود. اين فکر در ذهنت حك مي شود. و وقتي معاشقه مي کني، چنان باز و آسيب پذير و نرم هستي که هرآنچه که فکر کني، عميقاً وارد وجودت مي شود. و سپس عواقب آن به دنبال خواهد آمد ،_ احساس کمبود انرژي مي کني و حس مي کني انرژي از دست داده اي. و وقتي که چنين احساسي داشته باشي، همان فکر قديم بازهم بيشتر تقويت مي شود. وارد يك چرخه ي باطل مي شوي.
اينك دانشمندان و زيست شناسان مي گويند که سکس يك انرژي بي نهايت است. نمي تواني آن را از دست بدهي، زيرا هر روز ايجاد مي شود، توسط خوراك، با نفس کشيدن، با فعاليت هاي روزانه، نيروي جنسي خلق مي شود، يك چيز انبار شده نيست که اگر مقداري از آن برداشت کني، همان مقدار ازبين برود و کمتر داشته باشي. چنين چيزي نيست. نيروي جنسي در جايي انبار نشده است. هرلحظه درحال خلق شدن است. اگر آن را مصرف نکني، فاسد مي شود و مي ميرد. اگر آن را مصرف نکني، تو را فاسد و بي جان مي کند. آنوقت آن جريان متوقف شده است. ولي اگر به جاري شدن ادامه بدهي، بيشتر و بيشتر در دسترست خواهد بود.

مسيح درجايي مي گويد ، يكي از اساسي ترين نكته هاست ، : "اگر بكوشي به زندگي بچسبي، آن را ازكف خواهي داد؛ و اگر آماده باشي آن را از دست بدهي، آن را به فراواني خواهي داشت."

در سراسر دنيا، تا اين قرن( بيستم م. )، به كودكان آموخته بودند كه هرگونه خارج شدن مني، به هر راهي، بسيار مضر است: "شايد ديوانه شوي، شايد فلج شوي، دست كم خرفت خواهي شد و امكانش زياد است كه ديوانه و خل و ناتوان شوي."

اين مطلقاً دروغ است!

ولي همين آموزش خيلي از افراد را ديوانه كرد، ناتوان ساخت و خيلي ها را خرفت و ميانحاله mediocre كرد، زيرا كه اين فكر.... و اين چنان فكر خطرناكي است كه وقتي يك كودك رشد مي كند و چهارده يا پانزده ساله مي شود، شروع مي كند به ازدست دادن مني! او نمي تواند در اين مورد كاري بكند. او استمنا خواهد كرد و اگر اخلاقيات خيلي او را مقيد كرده باشد، استمنا نخواهد كرد ولي در خواب و رويا مني ازدست خواهد داد.

و اين تبليغات در همه جا وجود دارد: "اگر مني ازدست بدهي، همه چيز ازدست خواهد رفت."

در هند، عادت داشتند بگويند ، هنوز هم اگر نزد قديسان قديمي و پيروانشان بروي همين را خواهند گفت ، يك قطره مني مساوي است با چهل روز كار براي بدن. پس بدن بايد چهل روز كار كند تا بتواند يك قطره مني بسازد و بنابراين اگر يك قطره از دست بدهي، چهل روز از زندگيت تلف شده است!

كودكان خردسال هيچ چيز در اين موارد نمي دانند و بسيار پذيرا هستند. وقتي كه تمام جامعه چنين آموزش مي دهد، آنان توسط اين هيپنوتيزم مي شوند. و آنوقت كاري نمي توانند بكنند : زيرا وقتي بدن آماده باشد، مني بايد بيرون بيايد. و اين آموزش در همه جا شايع است و آنان نمي توانند به هيچ كس بگويند كه مني ازدست مي دهند. آنان اين واقعيت را پنهان مي كنند. در درون رنج مي برند. پيوسته تحت شكنجه هستند.

آنان فكر مي كنند كه استثنا هستند و نمي دانند كه همه به همين درد مبتلا هستند، زيرا هيچكس در اين مورد حرف نمي زند و هركس در اين مورد سخن بگويد، *برعليه* آن سخن مي گويد. بنابراين هر پسري فكر مي كند كه او استثنا است و فقط براي اوست كه چنين اتفاقي مي افتد.

و اينك به زودي دچار سرگيجه مي شود و احساس مي كند كه هوشمندي اش نقصان يافته و به زودي ديوانه خواهد شد و زندگيش به هدر رفته است.

مردم زيادي براي من نامه مي نويسند كه زندگيشان برباد رفته است، زيرا كه مني بسيار از دست داده اند و نيروي جنسي زيادي را به هدر داده اند. ولي فقط همين *فكر* است كه خطرناك

است و اگر اين فكر وجود داشته باشد، آن مضرات اتفاق خواهند افتاد ، توسط همان تلقينات و هيپنوتيزم.

هر مفهومي مي تواند كمك كننده يا مانع باشد. و زندگي كردن بدون مفاهيم دشوار است.

بنابراين قبل از اينكه به ذهني بدون فكر دست بيابي ، آنگاه همه چيز به طور خودانگيخته در دسترس است ،_ بهتر است چنين مفهومي در ذهن داشته باشي: كه تو بخشي از يك انرژي بي نهايت هستي.

و با عمل كردن و فعاليت، انرژي كسب مي كني، نه اينكه ازدست بدهي.

با دادن، كسب مي كني، نه اينكه از دست مي دهي.

چه در عشق و چه در سكس و چه در فعاليت ،هرچه باشد، هميشه به ياد بياور و از اين مفهوم سرشار باش كه هروقت چيزي را مي بخشي، بيش از پيش توسط ريشه در دسترست خواهد بود، بيشتر به تو داده مي شود. خداوند يك بخشاينده است، بخشاينده اي بي قيدو شرط. اگر تو نيز يك بخشاينده باشي، دستانت هميشه خالي است و خداوند مي تواند بيشتر به تو ببخشد.

اگر يك خسيس باشي، رابطه ات با الوهيت قطع شده است. آنگاه همچون موجي كوچك خواهي زيست و هميشه مي ترسي كه از دست بدهي.

همچون يك اقيانوس زندگي كن. اقيانوس گونه باش. هرگز به كسرآوردن و ازدست دادن فكر نكن. هيچ چيز ازدست نمي رود ، هيچ چيز نمي تواند ازدست برود. و تو يك فرد نيستي، تو فقط به ظاهر يك فرد به نظر مي رسي. آن كل به تو متصل است، تو فقط چهره اي از آن كليت هستي، درست آن چهره اي كه آن كل در تو اتفاق افتاده است. نگران انرژي نباش، انرژي هرگز تمام نخواهد شد.

اين جهان هستي بي آغاز و بي پايان است. لذت ببر، جشن بگير، فعال باش و هميشه يك دهنده باش. يك دهنده ي تمام بودن، طوري كه هرگز به فكر نگه داشتن هيچ چيز نباشي، تنها نيايش واقعي است.

دادن يعني نيايش كردن. دادن يعني عشق ورزيدن.

و كساني كه بتوانند بدهند، هميشه به آنان بيشتر داده خواهد شد.

# تو تسليم شو، بقيه اش با من

***صبح نهم***

***18 مي 1974***

*اشو  جان، شما گفته ايد كه در هزاران هزار سال چنين فرصتي در اين زمين پيدا نمي شود.*

*و همچنين گفته ايد كه اين عصر همانند اعصار ديگر است.*

*گفته ايد: به يك سنگ تسليم باش و آن اتفاق خواهد افتاد.*

*و گفته ايد: پيمودن اين راه خطرناك فقط با هدايت يك مرشد واقعي ميسر است.*

*گفته ايد: تسليم شو و بقيه اش با من. و گفته ايد: من كاري نمي كنم.*

*لطفاً براي ما در اينجاو حالا، و براي كساني كه در غرب اين ها را خواهند خواند،*

*از پديده ي مرشد/مريد سخن بگوييد.*

من ضدونقيض مي گويم و دانسته چنين مي كنم.

حقيقت چنان بي نهايت و چنان عظيم است كه هيچ گفته ي ناقص نمي تواند آن را دربر بگيرد ،   بايد بي درنگ ضد آن را نيز در بر بگيرد. كليت هميشه شامل تناقض هاست، فقط جزء است كه مي تواند پيوسته يكسان باشد ، زيرا كه كل بايد ضد را نيز درنظر داشته بگيرد. آن قطب مخالف وجود دارد، هست.

فيلسوفان مي توانند پيوسته يكسان باشند، زيرا ادراكشان ناقص است. آنان مي توانند شسته - رفته و تميز باشند. آنان مي توانند منطقي باشند ، من از عهده ي منطقي بودن بر نمي آيم، زيرا اگر سعي كنم پيوسته يكسان باشم، بي درنگ تمامش نادرست مي شود. قطب مخالف بايد درگير شود و بايد جذب شود.

براي نمونه، وقتي مي گويم: تسليم شو و بقيه ي كار با من ، اين يك بخش است.

و چرا اين را مي گويم؟ مي گويم تا بتواني تماماً تسليم شوي.

اگر بتواني چنين كني و به اين گفته اعتماد كني، كه بقيه كار انجام خواهد شد، تسليم تو مي تواند كامل باشد. اگر بترسي و اعتماد نكني، آنوقت حتي پس از تسليم نيز *تو* بايد كاري انجام دهي، آنوقت آن تسليم كامل نخواهد بود.

اگر حتي پس از تسليم شدن مجبور باشي كاري انجام دهي، آنوقت بايد خودت را محفوظ بداري، بايد خودت را نگه داري ، تسليم كامل نخواهد بود.

و وقتي تسليم كامل نباشد، ابداً تسليم نيست.

تسليم فقط مي تواند تمام و كامل باشد. نمي تواني به طور ناقص تسليم باشي.

نمي تواني بگويي: " من نيمه تسليم مي شوم" ، زيرا آن بخشي كه محفوظ مانده، با تسليم مخالف خواهد بود. فقط براي مخالفت است كه محفوظ مانده است. بنابراين، تسليم فقط مي تواند كامل و تمام باشد. درست مانند يك دايره است، يك دايره ي هندسي. نمي تواند نيمه باشد، نمي تواني نيم دايره بكشي. اگر چنين كني، نمي تواني آن را دايره بخواني.

يك دايره، براي اينكه "دايره" خوانده شود، بايد تمام باشد. اگر نيمه باشد، چيز ديگري است، ابداً دايره نيست.

تسليم فقط مي تواند تمام باشد. اين نيز يك دايره ي روحاني است.

از ابتدا تا انتها تسليم مي شوي، هيچ چيز پشت سر باقي نمي ماند.

براي كمك كردن به اين است كه مي گويم: تو تسليم شو و من بقيه ي كار را انجام مي دهم.

تاكيد اين است كه من انجام مي دهم، تو فقط تسليم شو. اين فقط براي اين است كه تسليم تو كامل باشد. ولي من مي دانم كه اگر تو تسليم باشي، نيازي به هيچ كار ديگر نيست ، نه حتي از سوي من.

خود تسليم شدن نكته است، به هيچ چيز ديگر نيازي نيست. خود همين پديده ي تسليم شدن كافي است. اينك نياز به كمك ندارد. همه چيز توسط خود تسليم انجام مي گيرد.

تسليم شدن يعني اينكه تو ديگر وجود نداري. تسليم يعني كه نفس دورانداخته شده است. تسليم يعني اينكه آن مركز محو شده است ، تو وجود داري، ولي بدون آن مركز شخصي. و اگر مركزي نباشد، چيزي براي محافظت كردن وجود ندارد. ديوارها به خودي خودشان فرو مي ريزند. اگر كسي وجود نداشته باشد، تمامي ساختار دفاعي تو رفته رفته ناپديد مي شود، بيهوده مي شود. يك فضاي باز خواهي شد.

اين فضاي باز همه كار را خواهد كرد، اين گشودگي همه چيز را انجام خواهد داد.

خداوند بدون مانع از ميان تو عبور خواهد كرد، خداوند مي تواند به تو وارد شود و از تو خارج شود، كسي نيست كه مانعي ايجاد كند. با تسليم شدن، براي نيروهاي الهي باز مي شوي.

پس از آن، همه چيز خودانگيخته خواهد شد.

مشكل در تسليم شدن است. پس از اينكه تسليم شدي، مشكلي وجود ندارد.

بنابراين براي كمك، به من نيازي نداري. به هيچ چيز نيازي نيست. براي همين است كه من به تناقض گويي ادامه مي دهم و مي گويم كه من كاري نمي كنم. نيازي نيست! اينك مي تواني به كل بنگري.

اگر بگويم كه من هيچ كاري نمي كنم، نمي توانم كاري بكنم، نيازي نيست ، اگر فقط اين را بگويم، تسليم شدن تو غيرممكن خواهد بود.

تو خواهي ترسيد ، تنها، واردشدن به ناشناخته، بدون هيچ كمك، بدون كسي كه هدايت كند و اين مرد مي گويد كه هيچ كاري نمي كند! ، چگونه مي تواني به تمامي تسليم شوي؟ برايت دشوار خواهد بود.

اگر بگويم كه همه كار را من مي كنم، بدون اينكه ضدش را بگويم، اين درست نخواهد بود ، زيرا درواقع، من كاري نخواهم كرد.

پس حالا چه بايد كرد؟ چگونه تمام اين را بايد گفت؟

فقط يك راه وجود دارد ،پيوسته تناقض گويي.

و رابطه ي بين مريد و مرشد، پديده اي بسيار پيچيده است. به نوعي بسيار ساده است ، وگرنه بسيار پيچيده است. ساده است زيرا اين رابطه فقط از سوي مريد وجود دارد. از سوي مرشد، رابطه اي وجود ندارد ، زيرا مرشد وجود ندارد. او ديگر وجود ندارد. او يك هيچكس a nobody است.

به نظر مي رسد كه وجود دارد. اين نمود باقي خواهد ماند، تااينكه تسليم شوي. وقتي كه تسليم شدي، وقتي كه خودت يك ناموجود شدي، ناگهان خواهي ديد كه مرشد هرگز وجود نداشته است.

مرشد يك غياب an absence است. ولي اين غياب فقط وقتي مي تواند ديده شود كه تو نيز يك غياب شوي. فقط دو غياب مي توانند باهم ديدار كنند.

اگر تو حضور داشته باشي، روي مرشد نيز فرافكني خواهي كرد كه او نيز حضور دارد.

اين فرافكني *تو* است. زيرا نفس تو نمي تواند بي نفسي non-ego را ببيند.

فقط مشابه است كه مي تواند به مشابه واكنش نشان دهد.

نفس تو فقط مي تواند در همه جا نفس ببيند. اين راهي براي محافظت از خودت است. هركجا را كه بنگري، بي درنگ يك نفس را فرافكني مي كني. بنابراين حتي مرشد نيز به نظر يك شخص، يك نفس مي آيد.

و تو راه ها و وسايلي خواهي يافت تا به خودت ثابت كني كه او نيز يك نفس است.

توجيهات تو ممكن است كاملاً منطقي باشند، ولي من مي گويم كه بي معني هستند ، زيرا طوري كه تو اينك هستي، نمي تواني پديده ي بي نفسي را ببيني. تسليم كه شدي، ناگهان خواهي ديد كه مرشد وجود ندارد.

اگر همين لحظه تسليم شوي، اين صندلي را خالي خواهي يافت. اين مردي كه با شما سخن مي گويد وجود نخواهد داشت. اين مرد فقط يك تهيا است. ولي فقط يك غيبت است كه مي تواند چنين غيابي را ببيند.

رابطه نمي تواند از سوي مرشد وجود داشته باشد. اگر چنين رابطه اي وجود داشته باشد، او ابداً مرشد نيست ، هنوز وجود دارد. نمي تواند تو را هدايت كند، فقط مي تواند گمراهت كند.

شايد آموزش هايش زيبا باشد، ولي تو را گمراه خواهد كرد. زيرا هر عملي انجام دهد ، مي گويم "هركاري" بدون قيد و شرط ، خطا خواهد بود.

مسئله اين نيست كه اين كارش خطا باشد و آن كار ديگرش درست باشد. هر عملي كه از نفس برخيزد، خطاست. شايد يك فضيلت باشد، شايد نيازاري non-violence باشد، شايد عشق باشد ، ولي هرعملي كه از نفس سر بزند خطاست. نفس مانع همه چيز مي شود. نفس بزرگترين مانع است.

اگر مرشد عاشق تو باشد و نفس وجود داشته باشد، عشق او تصاحبگرانه خواهد بود. او تو را نابود خواهد كرد، تو را خواهد كشت. آن رابطه زهرآگين خواهد بود. يك رابطه ي معمولي عاشقانه وجود خواهد داشت. او به تو اجازه نخواهد داد كه نزد مرشد ديگري بروي. خواهد جنگيد، موانعي ايجاد خواهد كرد تا نتواني او را ترك كني ، نفس او به تو متكي است.

مرشد، اگر نفساني باشد، نمي تواند بدون پيروان وجود داشته باشد. براي تغذيه ي نفسش، پيروان مورد نياز هستند. هرچه آن جمعيت بيشتر باشد، احساس بهتري خواهد داشت.

اگر همه او را ترك كنند، به سادگي خواهد مرد. آنگاه نفسش آزرده خواهد شد.

"مرشدان" پيوسته با "مرشدان" مي جنگند و رقابت مي كنند. يك بازار راه انداخته اند. تمام رقابت بازار وارد شده است.

اگر مرشدي نفس داشته باشد، اين يعني كه او واقعاً يك مرشد نيست ، فقط تظاهر مي كند.

آنگاه مهر او فقط در اسم مهر است. او بي رحم خواهد بود، تو را شكنجه خواهد داد ، البته به روشي كه تو احساس كني كه او مشغول تربيت كردن تو است. او وادارت مي كند كه كارهاي

دردناك و غيرلازم انجام دهي، ولي او از دردكشيدن تو لذت خواهد برد. او اين كارش را توجيه خواهد كرد.

مي گويد: "روزه بگير!" ، زيرا بدون روزه گرفتن به مقصد نخواهي رسيد! و وقتي روزه بگيري و شكنجه شوي، او خوشحال خواهد شد.

مهرباني او فقط يك بي رحمي پنهان شده است. به نام مهرباني، او يك مردم آزار است.

او با شكنجه دادن ديگران خوشحال مي شود. تو را مي بيند كه غمگين و شكنجه شده و افسرده هستي، و خواهد گفت: "تو به وارستگي vairagya دست يافته اي!"

هرچه بيشتر غمگين باشي، او بيشتر خوشحال خواهد بود. اگر بر چهره ات لبخندي ببيند، بي درنگ آن را محكوم مي كند. اگر احساس كند كه مسرور هستي، بي درنگ نتيجه مي گيرد كه اشكالي پيش آمده است ، زيرا چگونه مي تواني در اين دنيا مسرور باشي، در اين دنياي پر از اشكال؟

چگونه مي تواني خوشحال باشي؟ زندگي يك مصيبت است، چگونه مي تواني شعف داشته باشي؟ پس بايد در جايي و به نوعي از حس هايت لذت برده باشي! اگر به نظر جوان و تازه و سرحال بيايي، آنوقت زيادي به بدنت وابسته شده اي!

او شروع مي كند به ازبين بردن بدنت. او يك مردم آزار است و يك مردم آزار بسيار ظريف، ظريف تر از *هيتلر* يا *موسوليني* ، زيرا آنان بلافاصله مي كشتند و كشتار آنان ساده بود. اين مرد نيز تو را مي كشد، ولي به اقساط ، آهسته و ذره ذره!

كافي است به اطراف اين كشور سفر كنيد: خواهيد ديد كه بسياري ديگران را كشتار كرده اند. و به ياد بسپار: او فقط وقتي مي تواند تو را بكشد كه خودش نيز تمايل به خودكشي داشته باشد، وگرنه ممكن نيست. اگر او از غذاي خوب لذت ببرد، نمي تواند روزه گرفتن را برتو تحميل كند ، _ ممكن نيست. اگر در خانه اي زيبا زندگي كند، نمي تواند به تو بگويد كه در يك كلبه و در مخروبه زندگي كن.

بنابراين كاملاً منطقي است: اگر او بخواهد تو را نابود كند، بايد خودش را نيز نابود كند. هرچه بيشتر خودش را شكنجه بدهد، كنترل بيشتري روي شكنجه دادن تو خواهد داشت. او روزه مي گيرد و بدنش را ازبين مي برد. و هرچه بيشتر بدنش را ويران كند، بيشتر بر گردن تو سوار خواهد بود.

اينك مي تواند تو را كاملاً خرد كند و با يك وجدان آسوده چنين خواهد كرد!

اين پديده اي است كه رخ مي دهد. با يك مرشد عوضي، با يك مرشد نفساني، هراتفاقي كه رخ بدهد، به خطا مي رود، تربيت او يك دگرآزاري مي شود، زندگي خودش يك خودآزاري است و تمامي وجودش ويرانگر مي گردد. نفس ويرانگر هست.

آنوقت رابطه مي تواند وجود داشته باشد. با يك مرشد عوضي، رابطه وجود دارد، زيرا از سوي مرشد نيز يك نفس وجود دارد و نفس مايل به ارتباط است. نفس نمي تواند بدون رابطه وجود داشته باشد.

ولي اگر واقعاً يك مرشد باشد، رابطه فقط از سوي مريد وجود خواهد داشت. *تويي* كه عاشق او هستي، *تويي* كه از او اطاعت مي كني. او علاقه اي به اطاعت كردن تو ندارد. او علاقه اي به عشق تو ندارد.

اين به آن معني نيست كه او مهربان نيست، او بي نهايت مهربان است، ولي كسي وجود ندارد كه او در رابطه اش باشد. مهرباني او طبيعي است ، درست همانگونه كه آب در سرازيري جاري مي شود، مهرباني او به سمت تو جاري است. حتي اگر تو نيز آنجا نباشي، مهرباني او در جريان است.

من هرگونه كه با شما در اينجا هستم، وقتي كه شما نيز اينجا نباشيد، آنوقت نيز من همان هستم ، وجود من به همان ترتيب جاري است. وقتي هيچكس هم اينجا نباشد، من همانم. وقتي شما اينجا هستيد، من همانم.

اگر من تغيير كنم، آنوقت نفس وجود دارد، زيرا نفس در رابطه وجود دارد. وقتي اينجا بياييد، نفس وارد مي شود و فعال و سرحال مي شود. وقتي برويد، نفس تنبل مي شود و به خواب فرو مي رود. در اينصورت يك تغيير وجود دارد.

با شما و بدون شما، تهياي من همان است كه بود. مهر من به جاري شدن ادامه مي دهد، عشق به جريان يافتن ادامه مي دهد. معشوقي وجود ندارد. من نمي توانم انتخاب كنم كه دوست بدارم يا دوست ندارم.

اگر بتوانم انتخاب كنم، آنگاه من وجود دارم.

رابطه از سوي تو وجود دارد و تا وقتي كه تسليم نشوي، رابطه ادامه خواهد داشت.

بنابراين تسليم شدن بزرگترين و ژرف ترين رابطه است. و همچنين پايان رابطه نيز هست.

اگر تسليم شوي، به ژرف ترين رابطه ي ممكن رسيده اي. وراي آن، رابطه ناپديد مي گردد. تسليم كه بشوي، ديگر وجود نداري ، و مرشد نيز هرگز وجود نداشته است.

حالا، دو فضاي خالي نمي توانند دو تا باشند. نمي تواني بين دو فضاي خالي يك خط بكشي. نمي تواني در اطراف تهي بودن مرز بندي كني.

دو تهيا يكي مي شوند و رابطه نمي تواند وجود داشته باشد، زيرا براي رابطه به دو نفر نياز است.

بنابراين، در آخرين لحظه ي تسليم ،_ سعي كن اين را بفهمي ،_ در آن *آخرين* لحظه ي تسليم، بزرگترين رابطه ي ممكن وجود دارد. عميق ترين و صميمي ترين رابطه وجود دارد ، البته از سوي تو. لحظه ي بعدي، وقتي كه تسليم شده اي، همه چيز ناپديد گشته است.

اينك نه مرشد وجود دارد و نه مريد. و اينك مرشد و مريد هردو مي توانند بخندند. مي توانند از ته دل بخندند. مي توانند در مورد تمام آن چيزهايي كه قبلاً وجود داشت، جانانه قهقهه بزنند. آن تلاش براي كمك، آن تلاش براي دريافت كمك، آن تسليم، آن مبارزه ي دايم نفس براي تسليم نشدن، تمام آن توضيحات، تمام آن آموزش ها ، تمام اين ها مسخره مي شود. زندگاني هاي بي شمار تو درست مانند رويا مي شود.

و حالا مي تواني بخندي، زيرا مي توانستي هر لحظه بيدار شوي.

مي توانستي به اشراق برسي، مي توانستي در هرلحظه از زندگيت، از رويا بيرون بيايي.

ولي زماني كه به اين روشني برسي... زيرا تسليم در اين سو و اشراق از آن سوي، هردو دو روي يك سكه هستند. اين يك در بيشتر نيست: وقتي كه وارد مي شوي، روي در نوشته است "تسليم."

وقتي كه وارد شدي و به عقب نگاه كني، روي همان در نوشته شده "اشراق."

اين همان در است! از يك طرف ورودي است و از طرف ديگر، خروجي.

براي همين است كه روي تسليم شدن samarpan اينهمه تاكيد شده است.

و اين رابطه بسيار پيچيده است، زيرا فقط يك طرف وجود دارد، طرف ديگر رابطه وجود ندارد. بنابراين، تمام بازي ها با مرشد در واقع بازي هاي تو هستند. تويي كه بازي مي كني: يك بازي صبر است. ديگري فقط تو را درحال بازي كردن نگاه مي كند. تو تاكتيك هايت را عوض مي كني، اين روش و آن روش را آزمايش مي كني. روش هاي بسيار را امتحان مي كني، ولي بي جهت. زيرا تنها تلاشي كه مفيد خواهد بود، تسليم است. تمام كوشش هاي ديگر فقط براي اين است كه تو را آماده كند تا به اين ادراك برسي

كه تمام اين تلاش ها بي معني است و سپس به سادگي رهايشان كني.

فنون مختلفي مورد استفاده قرار مي گيرد. آن تكنيك ها واقعاً كمكي نخواهند كرد. تنها كمك آن ها اين است كه تو تشخيص بدهي كه بهتر است تسليم شوي. آن تكنيك ها فقط اثبات مي كنند كه تمام تلاش ها عبث هستند.

ولي تو بازي مي كني. به عوض كردن تاكتيك هايت ادامه مي دهي. نفس از تمام روش هاي برخورد استفاده مي كند ، _ براي نفس اين مسئله ي مرگ و زندگي است. تو را فريب خواهد داد، پيوسته تو را فريب خواهد داد. و نفس يك عقل كل است. وقتي تو را فريب مي دهد، برايت دليل مي آورد. نمي تواني با او مباحثه كني.

و اگر با نفس مباحثه كني، شكست خواهي خورد.

و والا بودن حقيقت و ايمان در همين است: فقط يك انسان مومن مي تواند تسليم شود.

و فقط انسان مومن مي تواند به اوج هستي، به سرور دست بيابد.

يكي از عميق ترين روانشناس هاي اين قرن *ابراهام مازلو Abraham Maslow* بود.

او تمام عمرش را روي پديده ي " اوج تجربه" peak experience كار كرد.

او تمام عمرش را وقف مطالعه ي برخي تجارب ساخت كه آن ها را اوج، غايي ultimate و نهايي final مي خواند ، اشراق *بودا* ، يا ناخودآگاه روشن *راماكريشنا* Ramakrishna، يا شعف *ميرا Meera*، *بوهم* Boehme و *اكهارت* Eckhart، آن تجربه ي عالي كه مي تواند براي معرفت انساني رخ بدهد.

*مازلو* در تلاش براي مطالعه ي اين پديده دريافت كه دو نوع انسان وجود دارد. يكي را "اوجي" Peakers خواند و نوع ديگر را "غيراوجي" non-peakers ."اوجي"ها كساني هستند كه باز، آماده و پذيرا هستند، "غير اوجي" ها كساني هستند كه متقاعد شده اند كه هيچ تجربه ي غايي ممكن نيست.

در ميان "غيراوجي" ها او دانشمندان، منطق دان ها، عقلا، ماده گرايان، بازرگانان و سياستمداران را بر شمرده است ، تمام اين مردمان كه به اصطلاح به آنان مردمان اهل عمل مي گويند، وسيله گرا means-oriented هستند ، غايت وهدف end برايشان بي معني است. اين نوع مردم در اطرافشان حصار مي كشند و به سبب همان ديوارها، هيچ سروري برايشان ممكن نيست.

و وقتي كه نتوانند هيچگونه شعفي داشته باشند، نقطه نظر اوليه ي آنان تاييد مي شود.

آنگاه ديوارهاي بيشتري برپا مي كنند و اين به يك چرخه ي باطل تبديل مي شود.

و مردمان "اوجي" وجود دارند ، شاعران، رقصندگان، موسيقيدان ها، ديوانگان، مردمان ماجراجو و غير عملي. اين ها اهل آن تجارب غايي هستند. آنان اهل مباحثه نيستند و با ذهنشان بحث نمي كنند. آنان فقط اجازه مي دهند كه امور اتفاق بيفتند.

و آنگاه حتي در زندگي معمولي، گاهي تجربه هاي مشخصي به دست مي آيند.

شنيده ام كه يك روانكاو توسط روانكاو ديگري تحت تحليل رواني قرار داشت. اين روانكاو اولي كه تحت درمان بود به تعطيلات رفت. از جايي كه رفته بود به آن همكار درمانگرش تلگراف زد و گفت : "من خيلي احساس خوشوقتي مي كنم، چرا؟"

اين نوع افراد حتي نمي توانند خوشحال بودن را بپذيرند. مي پرسند: "چرا؟" چرا خوشوقت هستم؟! بايد اشكالي پيش آمده باشد! آنان اين مفهوم را در ذهن دارند كه خوشوقت بودن ممكن نيست.

روانشناس بزرگ، *فرويد* Freud مي گويد كه براي انسان ها خوشبختي ممكن نيست.

او مي گويد كه خود ساختار رواني انسان چنين است كه خوشبختي برايش غيرممكن است ،_ فوقش اين است كه مي تواني در حد قابل تحملي بدبخت باشي!

اگر نگرش چنين باشد ، و *فرويد* خودش را متقاعد كرده بود و با انواع مباحثات خودش را اشباع ساخته بود ، اگر ديدگاه و نگرش و فكر چنين باشد، آنگاه خوشبختي غيرممكن خواهد بود، آنوقت بسته هستي.

آنوقت خوشبختي براي تو ممكن نخواهد بود. و وقتي كه ممكن نباشد، مفهوم اوليه اي كه داشتي تقويت مي شود، كه حق با تو بوده. و آنگاه امكان كمتري براي خوشبختي وجود دارد. سپس آن نگرش ابتدايي بازهم بيشتر تقويت مي شود و بازهم امكان كمتر مي شود. در نهايت، لحظه اي فرا مي رسد كه خواهي گفت خوشبختي تنها يك امكان است.

اگر گشوده باشي... و يك مريد بايد چنين باشد: اهل تجارب غايي. و بزرگترين گشودگي با تسليم مي آيد.

ولي يك "اوجي" چه بايد داشته باشد؟چگونه به ذهنش ساختار بدهد تا باز باشد؟

عقل كمتر، اعتماد بيشتر ، عمل گرايي كمتر، ماجراجويي بيشتر، نثر كمتر، شعر بيشتر.

غيرمنطقي باش ، وگرنه روي خوشبختي را نخواهي ديد.

منطق دشمن است.

منطق اثبات خواهد كرد كه زندگي مصيبت است.

منطق اثبات خواهد كرد كه زندگي بي معني است.

منطق اثبات خواهد كرد كه خداوند وجود ندارد.

منطق اثبات خواهد كرد كه هيچگونه امكاني براي شعف وجود ندارد.

منطق اثبات خواهد كرد كه زندگي تنها يك تصادف است و در اين تصادف هيچ امكاني براي شادماني وجود ندارد.

اگر مي تواني، بين تولد تا مرگ، به نوعي زنده باش، همين كافي است!

منطق يك خودكشي است. اگر با منطق پيش بروي، عاقبت به تو كليدي خواهد داد كه از زندگي بيرون بزني. عاقبت خواهد گفت : " خودكشي گامي منطقي تر است ، زيرا زندگي بي معني است. در اينجا چه مي كني؟ تكرار مكررات مي كني؟ صبح بي جهت از خواب بيدار مي شوي، زيرا هر روز بيدار شده اي و هيچ اتفاقي نيفتاده است. پس چرا بار ديگر امروز هم بيدار شوي؟ و آنوقت خوردن صبحانه ، تمام عمرت اين كار را كرده اي و هيچ اتفاقي نيفتاده است. آنوقت خواندن روزنامه، و سپس رفتن بر سر كار، سپس دوباره برگشتن و تمام اين كارهاي بي معني را تكرار كردن! و سپس خوراك خوردن خوراك و خوابيدن، و بازهم دوباره صبحي ديگر...... يك دايره ي تكرار شونده، كه به جايي نمي رسد و در يك شيار ثابت حركت مي كند."

اگر واقعاً منطقي باشي، ذهنت خواهد گفت: "خودت را بكش! چرا به تمام اين تكرار هاي بي معني ادامه مي دهي؟"

منطق به خودكشي ختم مي شود و ايمان به زندگي والا. و ايمان غيرمنطقي است ،_ سوال نمي كند، بحث نمي كند، به سادگي وارد ناشناخته مي شود و سعي مي كند تجربه كند.

براي انساني كه ايمان دارد، تجربه كردن تنها مباحثه است. او سعي مي كند خودش آن را بچشد و تجربه كند. او بدون تجربه كردن هيچ چيز نمي گويد، تصميمي نمي گيرد و باز و گشوده باقي مي ماند.

ايمان رفته رفته و گام به گام به تسليم رهنمون مي شود ، زيرا هرچه بيشتر ايمان را امتحان كني، بيشتر خواهي شناخت و بيشتر تجربه خواهي داشت. زندگيت شدت پيدا مي كند. هر گام به تو مي گويد: به وراي اين برو، در فراسوي اين خيلي بيشتر پنهان است. هدفت، ماورا مي شود ، به وراي همه چيز برو. و زندگي يك ماجراجويي مي شود، يك اكتشاف پيوسته ي ناشناخته. آنگاه توكل بيشتري آفريده مي شود.

وقتي كه هرگامي كه در ناشناخته برمي داري لمحه اي از سرور را به تو مي دهد، وقتي هرگام در جنون، شكلي والاتر از شعف را نصيبت مي كند، وقتي كه هرگام در ناشناخته به تو كمك

مي كند تا درك كني كه زندگي از ذهن تشكيل نشده است و يك پديده ي كاملاً زنده است و وجود تو مورد نياز است و فراخوانده شده اي، آنگاه رفته رفته وجود دروني تو به يقين مي رسد.

و اين يك يقين منطقي نيست. اين تجربه ي خودت است، وجودين است. فقط روشنفكرانه نيست، بلكه از وجود خودت مي آيد ، تماميت دارد. آنگاه لحظه اي فرا مي رسد كه مي تواني تسليم شوي. تسليم بزرگترين قمار زندگي است. تسليم يعني كنار گذاشتن كامل ذهن. تسليم يعني ديوانه شدن.

مي گويم تسليم يعني ديوانه شدن، زيرا تمام كساني كه در منطق هايشان و در ذهن هايشان زندگي مي كنند، فكر خواهند كرد كه تو ديوانه شده اي. به نظر من، اين ديوانگي نيست.

به نظر من، ديوانگي، اين نوع ديوانگي، تنها راه شجاع زيستن در زندگي است.

به نظر من، اين ديوانگي ژرف ترين جهش است. به نظر من، اين ديوانگي تمام آن هدفي است كه انسان برايش فراخوانده شده. ولي براي منطق دان ها، توكل تو همچون جنون خواهد نمود.

يك *مسيح*، مردي ديوانه است، يك مجنون كامل.

يك *بودا* ديوانه است! ولي مردمي كه گرد مي آيند، همگي ديوانه نيستند. خيلي از كساني كه گرد او مي آيند اهل تجارب والا نيستند، فقط روشنفكران هستند. آنان نيز به سمت *مسيح* يا *بودا* جذب مي شوند.

اينك خود وجود *بودا* چنان نيروي مغناطيسي شده است و از چنان انرژي بي كراني سرشار است كه آنان نيز جذب مي شوند. و ذهنشان دليل مي آورد كه اين مرد بايد به چيزي دست يافته باشد. ولي آنان "اوجي" نيستند، از نوع مردمان "غيراوجي" هستند. دليل جذب شدن آنان روشنفكرانه است. خود پديده ي *بودا* و وجود او براي آنان يك بحث منطقي مي شود.

آنان به سخنان *بودا* گوش مي دهند و سخنانش را توجيه منطقي مي كنند و مباحث فرافيزيكي در حول آن مي سازند ... آنگاه يك مذهب متولد مي شود.

در پايه، يك مرد ديوانه قرار دارد، ولي در ساختار، منطق دان ها. آنان مطلقاً با *بودا* مخالف هستند و ضد او هستند. آنان سازمان ساز هستند و *بوديسم* و فلسفه هاي بودايي را خلق مي كنند.

*مسيح* مردي ديوانه است. *سنت پال Saint Paul* نيست. او يك منطق دان كامل است.

كليسا را *سنت پال* ساخته ، نه *مسيح*. تمام مسيحيت توسط *سنت پال* ايجاد شده، نه توسط *مسيح*. و اين يكي از خطرناك ترين چيزهايي است كه رخ داده است.

و راهي براي پرهيز از آن نيست. طبيعت امور چنين است.

اگر هم اكنون يك مسيح زاده شود، كليسا بي درنگ منكر او خواهد شد. كليسا به هيچ مرد ديوانه اي اجازه نخواهد داد. كليسا مرداني چون *بوهم* و *اكهارت* را انكار خواهد كرد ، آنان مجنون هستند، از سازمان طرد خواهند شد. آنان اجازه نخواهد داشت صحبت كنند، زيرا وجودشان ويرانگر است. آنان چيزهايي مي گويند كه اگر مردم به آن ها گوش بدهند و باور كنند، تمام ساختار و سازمان ازبين خواهد رفت.

مذهب در پايه، توسط انساني ديوانه زاده شده و سپس توسط منطق دان ها كه مخالف با او هستند فتح مي شود. و آنان انواع سازمان ها را ايجاد مي كنند.

يك "اوجي" آن نوزاد را به دنيا مي آورد و سپس نوزاد توسط "غيراوجي" ها پرورش مي يابد. بنابراين هر مذهبي در مبدا زايش خودش زيباست ، ولي هرگز پس از آن زيبا نيست. سپس زشت مي شود. آنگاه در واقع، ضد مذهب مي شود.

شما خوشبخت هستيد زيرا هرآنچه كه به شما مي گويم درست از منبع مي آيد.

براي همين است كه مي گويم شما خوشبخت هستيد.

و فقط پس از هزاران سال است كه چنين اتفاق مي افتد كه نزديك آن منبع نشسته باشيد.

بارديگر چنين نخواهد بود! حتي با افكار و مفاهيم من، دگر بار چنين نخواهد بود. دير يا زود منطق دان ها وارد خواهند شد، "غير اوجي" ها از راه مي رسند. بايد كه بيايند ، پيشاپيش در راه هستند. آنان همه چيز را ازبين خواهند برد. و آنوقت آن فرصت از دست مي رود. آنوقت چيزي مرده خواهد بود.

هم اكنون ، زنده است، و شما نزديك منبع قرار داريد. براي همين است كه مي گويم شما خوشبخت هستيد. در ذهن تو نيز همچنين هردو امكان وجود دارد ،"اوجي" و "غيراوجي".

اگر به "اوجي" مجال بدهي، آنوقت تسليم مي شوي.

اگر به "غيراوجي" مجال بدهي، آنوقت به من گوش مي دهي، در موردش بحث مي كني، آن را عقلاني مي كني و در موردش فلسفه مي بافي.

آنوقت يا توسط من متقاعد مي شوي و يا متقاعد نمي شوي.

اگر متقاعد شوي، آنوقت در اطراف من باقي مي ماني. اگر متقاعد نشوي، مرا ترك مي كني. در هردو صورت نكته را از دست مي دهي. چه مرا ترك كني و چه در اطراف من باشي، فرقي ندارد.

اگر سعي كني روشنفكرانه متقاعد شوي، نكته را از دست داده اي.

اين كار را مي تواني وقتي كه من مرده باشم نيز انجام دهي.

هم اکنون، چيز ديگري ممکن است و کار ديگري مي تواني بکني ، و آن اين است: به "اوجي" خودت، به روح توکل کننده ي خودت مجال بده تا ماجراجويي کند.

اين را يك برهان و دليل در درونت نساز. آن را يك جهش کن.

و اين منبع به ندرت اتفاق مي افتد. و مردمان بسيار اندکي مي توانند بهره ببرند.

هميشه چنين بوده است، هميشه چنين خواهد بود.

در اطراف *مسيح* فقط تعداد اندگي گردآمده بودند و در اطراف *بودا* نيز همچنين.

و آنوقت براي قرن ها مردم گريه و زاري مي کنند.

وقتي *بودا* در حال مرگ بود، مردمان بسياري جمع شده بودند و شيون و زاري مي کردند.

فقط تعداد اندکي در سرور ساکت نشسته بودند. آنان که در سکوت مسرور نشسته بودند، "اوجي" بودند.

آنان با آن منبع يگانه گشته بودند. آنان با *بودا* يکي شده بودند.

مريد و مرشد مدت ها بود که ازبين رفته بود. و از آن پس، مرگي وجود نخواهد داشت.

فقط اندکي ، يك *ماهاكاشياپ Mahakashyap*، يك *ساري پوتا Sariputta* ، در سکوت نشسته و لذت مي بردند. حتي *آناندا* ، مريد ارشد *بودا* نيز شيون و زاري مي کرد.

*بودا* چشمانش را باز کرد و گفت، "*آناندا* ، چرا گريه مي کني؟"

*آناندا* گفت: "من سال هاي سال با تو بوده ام و فرصت را از دست داده ام ، و اينك تو ديگر نخواهي بود. بر من چه خواهد گذشت؟ تو اينجا بودي و من نتوانستم دريابم. حالا که تو ديگر نباشي، چه برسر من خواهد آمد؟ حالا چند زندگاني ديگر بايد آواره باشم؟"

حتي اگر منبع در دسترس تو باشد، مي تواني آن را از دست بدهي.

مي تواني با تسليم نشدن، ازدست بدهي. تو تسليم شو و باقي کار با من!

# ... آنـگاه پیوسته لبخند خواهم زد

*پرسش دوم*

*اشو جان، پيش از اينكه شروع به سخن گفتن كنيد، لبخند مي زنيد.*

*وقتـي شروع به صحبت مي كنيد، لبخندتان ناپديد مي شود و تا پايان سخنانتان*

*ديگر لبخند نمي زنيد. آيا مي توانيد در اين مورد براي ما بگوييد؟*

هوم م م م . سوالي به جا است ، زيرا صحبت كردن شكنجه اي سخت و كاري بس عبث است. ولي بايد انجام شود، زيرا راه ديگري وجود ندارد تا شما را به سمت آن سكوتي كه در من هست بكشانم.

شما به آن سكوت گوش نخواهيد داد ، فقط مي توانيد به كلمات گوش بدهيد.

پس وقتي شروع به صحبت كردن مي كنم، لبخند مي زنم. ولي در وقت صحبت كردن، لبخندزدن دشوار است، شكنجه اي سخت و تلاشي بسيار بيهوده است ،_ گفتن چيزي كه نمي تواند گفته شود، صحبت در مورد چيزي كه نمي توان در موردش صحبت كرد، پيوسته با انگشت به آن ماه اشاره كردن كه نمي تواند به آن اشاره شود.

ولي راه ديگري نيست، بنابراين بايد به سخن گفتن ادامه دهم.

رفته رفته، قادر خواهيد بود به آن بي واژه و آن غيرشفاهي گوش بدهيد.

رفته رفته قادر خواهيد شد وقتي كه چيزي نمي گويم گوش بدهيد ، آنوقت نيازي نخواهد بود....

آنگاه پيوسته لبخند خواهم زد.

پس وقتي كه تمام مي كنم، بازهم لبخند مي زنم، ديگر شكنجه اي وجود ندارد.

# تو آن راه هستي

***صبح دهم***

***19 مي 1974***

*اشو جان، همانطور كه مي دانيد، رسم باستان ذن اين بود كه يك راهب بايد پيش از اينكه براي تدريس آموزش هاي خودش راهي شود، بايد ده سال با مرشدش اقامت كند.*

*داستاني از ذن وجود دارد كه راهبي ده سال اقامتش را در معبد به پايان رسانده بود.*

*يك روز باراني راهب به ديار مرشدش نان-اين رفت.*

*پس از اينكه نان-اين به او خوشامد گفت، به راهب گفت، "حتماً كفش هايت را در درگاه گذاشته اي. آن ها را در كدام سمت چترت قرار دادي؟"*

*راهب براي لحظه اي مردد و معطل ماند و در همين ترديد بود كه دريافت او در تمام دقايق در مراقبه و هشيار نبوده است.*

*شما به ما گفتيد كه زندگي يك تپش دارد ، درون و بيرون، ين و يانگ.*

*آيا ما بايد براي هشياري در تمام دقايق تلاش كنيم،*

*يا اينكه ما نيز مي توانيم با زندگي تپش كنيم و گاهي دست از تلاش كردن برداريم؟*

نخستين نكته اي كه بايد درك شود اين است: هشياري بايد لحظه-به-لحظه باشد. ولي اين فقط وقتي ممكن است كه بدون تلاش كردن باشد. با تلاش، تو بارها و بارها تماس را ازدست مي دهي. با تلاش، بايد استراحت كني.

تلاش كردن نمي تواند پيوسته باشد ، غيرممكن است. چگونه مي تواني پيوسته در تلاش باشي؟ خسته خواهي شد و سپس بايد استراحت كني. هر تلاشي به استراحت نياز دارد.

بنابراين اگر هشياري توسط تلاش كردن باشد، آنوقت نمي تواند يك هشياري دايمي باشد، نمي تواند پيوسته جاري باشد.

لحظاتي خواهند بود كه بايد هشياري را ازدست بدهي. آن لحظات، اوقات آسوده شدن از تلاش خواهند بود.

زندگي مي تپد. زندگي هميشه به قطب هاي مخالف حركت مي كند. اگر تلاش كني، آنوقت بايد استراحت كني. بازهم تلاش مي كني و سپس آسوده مي شوي. ولي يك هشياري وجود دارد كه

به وراي زندگي مي رود ، هشياري ماورايي. آنوقت تپشي دركار نيست، بلكه بي تلاش و خودانگيخته است.

براي اين راهب، براي اين مريد *نان-اين* Nan-in چه اتفاقي افتاد؟

مرشد از او پرسيد: كفش هايت را كجا گذاشتي ، سمت راست يا چپ؟

و او مردد بود. و دريافت كه در آن لحظه كه كفش هايش را در درگاه قرار مي داد، هشيار نبوده است ، وگرنه بايد مي دانست كه كجا قرارشان داده، سمت راست چتر يا سمت چپ.

هشياري او هنوز پيوسته نيست. اين فقط نشان مي دهد كه هشياري او هنوز بي تلاش نيست. او هنوز هم بايد به ياد بياورد، بايد آگاهانه تلاش كند.

هشياري او هنوز با تنش همراه است. او هنوز ذهني تمام-هشيار mindful ندارد.

پس گاهي موفق مي شود و گاهي شكست مي خورد.

*نان-اين* فقط مي پرسد: آيا اينك هشياري تو طبيعي است؟ آيا نيازي به دستكاري آن نداري؟

آيا نبايد برايش كاري بكني؟ آيا هميشه وجود دارد ،در هر عملي كه انجام مي دهي آيا وجود دارد؟

يا اينكه براي اينكه وجود داشته باشد بايد تلاشي انجام دهي؟

اگر تلاشي لازم باشد، آنوقت با تنش همراه است و يك چيز با تنش نمي تواند طبيعي باشد.

و هشياري غير طبيعي واقعاً هشياري نيست ، فقط در سطح وجود دارد، نه در تو.

اگر در درون تو بود، نيازي به هيچ تلاشي نبود.

آنچه كه سعي مي كنم بگويم اين است:

تلاش هميشه در پيرامون است. نمي تواني با تلاش كردن، مركز را لمس كني. مي تواني در پيرامون كاري انجام دهي ، مي تواني رفتارت را تغيير بدهي، مي تواني به اصطلاح شخصيتت را عوض كني.

در پيرامون، با تلاش كردن مي تواني از انساني بد، به انساني خوب تبديل شوي.

مي تواني از يك گناهكار به يك انسان باتقوا تبديل شوي.

حتي مي تواني با تلاش كردن، در ظاهر يك قديس شوي.

ولي مركز نمي تواند هرگز توسط تلاش لمس شود و تحت نفوذ قرار بگيرد ، زيرا هيچ عملي نمي توان به *تو* رهنمون شود. تو پيشاپيش وجود داري! نيازي نيست كه كاري بكني. فقط بايد ساكت باشي، خودانگيخته، و سپس آن مركز طلوع مي كند.

از پشت ابرها بيرون مي آيد. يك وقفه و يك فاصله به وجود مي آيد. ناگهان هشياري خودانگيخته ي خويش را درمي يابي. *تو خودت هشياري هستي.*

اين كاري نيست كه تو انجامش بدهي، اين كاري نيست كه انجام گيرد ، خود ذات تو همان هشياري است. هندوها آن را *ست چيت آناندا* satchitananda خوانده اند. آنان از سه واژه استفاده كرده اند :

*ست sat*، چيت chit و *آناندا* ananda.

*ست* يعني وجودين، چيزي كه هرگز نمي تواند ناموجود شود. *ست* يعني آن واقعيتي كه هرگز نمي تواند غيرواقعي شود. *ست* يعني ابدي ، كه بوده، هست و خواهد بود.

چيت يعني هشياري، آگاهي. اين طبيعت تو است! تو هميشه آگاه بوده اي. تو آگاه هستي و آگاه خواهي بود. اين آگاهي نمي تواند از تو گرفته شود، بلكه همچون هسته ي دروني تو وجود دارد ، نه در پيرامون. اين وجود تو است، ولي تو با خودت در تماس نيستي.

و *آناندا* يعني سرور، شعف. چنين نيست كه تو بايد به سرور دست بيابي ، سرور خود تو است. تو هميشه مسرور بوده اي، نمي تواني جور ديگري باشي، امكان ندارد، نمي تواني آن را تغيير دهي.

ولي خواهي گفت كه اين مطلقاً مسخره است ، زيرا ما در رنج به سر مي بريم.

تو در رنج هستي زيرا كه بسيار وسواس پيرامون را گرفته اي. تو كاملاً مركز را ازياد برده اي. بسيار درگير ديگران شده اي و بسيار با چيزهاي بيروني سرگرم گشته اي.

پس تمامي توجه به بيرون و پيرامون معطوف شده و خودت در سايه قرار گرفته اي، در تاريكي. تو *ست* چيت *آناندا* هستي.

مرشد *ذن*، *نان-اين* از مريد مي پرسد: آيا اينك آگاه شده اي كه كيستي؟ آيا اينك در ذات خودت ريشه گرفته اي؟ اگر آن مريد واقعاً در طبيعت خودش ريشه داشت، مورد چگونه بود؟

درك اين داستان بسيار دشوار است. مسئله گذاشتن كفش در سمت راست يا چپ نيست.

نكته ي داستان اين نيست. به نظر مي رسد كه نكته اين است، ولي نيست.

نكته ي واقعي اين است: وقتي كه مرشد از مريد مي پرسد، مريد مردد است. نكته همين است.

و در آن لحظه ي ترديد، او هشيار نبود كه ترديد دارد. اگر از ترديد خودش هشيار بود، مورد پذيرش قرار مي گرفت. ولي در خود همان لحظه او هشياري اش را از دست داد.

و تو نمي تواني *نان-اين* را فريب دهي. اگر به ديدار *نان-اين* بروي، مي تواني اين را خوب به خاطر بياوري ، كه كفش هايت را كجا گذاشته اي. اين مشكلي نيست. و اگر *نان-اين* از تو

بپرسد: "كفش هايت را كجا گذاشته اي، در سمت راست يا چپ؟" مي تواني بي درنگ پاسخ بدهي: "سمت راست" ، و *بازهم* خواهي باخت. نكته اين نيست. اين فقط يك حقه است.

*نان-اين* ذهن مريد را منحرف مي كند تا فقط ببيند كه هم اكنون در او چه مي گذرد. در همان لحظه اي كه *نان-اين* پرسيد "كفش هايت را كجا گذاشتي، در راست يا چپ چتر؟" آن مريد باخت.

در همان لحظه ترديد كرد ، و او از اين ترديد هشيار نبود. او شروع كرد به فكركردن.

در همان لحظه كه او ناهشيار شد، *نان-اين* به درونش نگاه كرد.

آن پرسش فقط براي منحرف كرد ذهن بود. فقط يك حقه بود. و آن مريد شكست خورد. نمي توان او را براي آموختن ديگران فرستاد. او هنوز آماده نيست. هنوز هشيار نيست.

و كسي كه هشيار نباشد، چگونه مي تواند به ديگران آموزش بدهد؟ هرآنچه را كه بياموزد، كاذب خواهد بود.

آموزگاران بسياري هستند كه مي توانند آموزش بدهند و بااين وجود هنوز از وجود خودشان هشيار نيستند. حتي مي توانند آموزگاران خوبي هم باشند، كارآمد، هنرمند... ولي نكته اين نيست. آنان نمي توانند كمكي كنند.

روزي با قطار سفر مي كردم. كودكي خردسال غوغايي به پا كرده بود. تمام مسافران در كوپه ناراحت بودند. او از اين گوشه به آن گوشه مي دويد، ليوان ها را مي انداخت و روي مردم پرت مي شد و پدرش بسيار شرمگين شده بود. پدرش بارها سعي كرد او را باز بدارد، ولي پسرك گوش نمي داد.

عاقبت پدرش گفت: " اگر به من گوش ندهي و دست برنداري، كتكت خواهم زد."

پسر بازهم به دويدن ادامه داد و به انتهاي ديگر كوپه رفت و گفت:

"خوب، مرا كتك بزن، ولي به مامور قطار خواهم گفت كه من واقعاً چند سال دارم."

اين پدر نمي تواند يك آموزگار باشد. حتي يك كودك نيز به او گوش نخواهد داد.

آموزگاري كه از وجود خويشتن بي خبر باشد، نمي تواند آموزگار باشد.

او قادر نيست به ديگران چيزي بياموزد كه خودش به دست نياورده است.

هشياري چيزي چون يك بيماري مسري است. وقتي مرشدي، آگاه و هشيار باشد، هشياري او به تو سرايت مي كند. گاهي، فقط با نشستن كنار مرشد، ناگهان هشيار مي شوي ،_ گويي كه ابرها كنار رفته اند و مي تواني آسمان باز را ببيني.

حتي براي يك لحظه.... ولي همان لحظه، در خود كيفيت وجودي تو، تغييري عميق مي شود.

فقط با كنار مرشد بودن، حتي بدون انجام هيچ تلاشي از سوي تو، ناگهان ساكت مي شوي ، او تو را لمس مي كند.... آن در بسته گشوده مي شود، يا همچون شبي تاريك، آذرخشي همه جا را روشن مي كند و تو مي تواني كل را ببيني.

اين روشني به اين دليل ناپديد مي شود كه تو نمي تواني آن را نگه داري. اگر توسط خودت به دست نيامده باشد، آن را ازدست خواهي داد ، ولي هرگز همچون سابق نخواهي بود.

تو چيزي را شناخته اي، چيزي كه قبلاً ناشناس بوده. و حالا اين شناخت بخشي از تو باقي خواهد ماند.

و آرزويي برخواهد خاست، اشتياقي تازه ايجاد خواهد شد تا آن را به دست آوري، تا آن را هميشگي سازي ، زيرا حتي براي يك لحظه نيز بسيار سرورآور بود و شادماني و شعف بسياري به تو بخشيده بود.

ولي اگر مرشد، اگر آموزگار خودش هشيار نباشد، مي تواند *در مورد* هشياري آموزش بدهد، ولي هشياري را نمي تواند آموزش دهد. و آموزش در مورد هشياري بي فايده است ، شفاهي است، نظريه است. مي تواني نظريه را از او فرابگيري، ولي واقعيت آن را نمي تواني بياموزي.

بنابراين، پيش از اينكه اين مريد *نان-اين* او را ترك كند، *نان-اين* بايد به درونش نظر كند ، و اين پديده اي بسيار متفاوت است.

در دنياي تعليم و تربيت، شاگرد امتحان مي دهد ، ولي هميشه حافظه ي او مورد امتحان قرار مي گيرد و نه وجودش. اين حافظه است كه هميشه امتحان مي دهد، نه او.

*نان-اين* حافظه ي مريد را امتحان نمي كند. نمي پرسد كه كفش هايت را سمت راست قرار داده اي يا سمت چپ؟ او درخواست يك حافظه ي كامل ندارد. زيرا كه اينك جايي كه كفش هايش را گذاشته موردي در گذشته است. او سعي دارد هم اكنون به بودش مريدش نگاه كند.

او امتحان حافظه نمي گيرد، بلكه مي كوشد در همين لحظه به آگاهي او نگاه كند.

گذشته مسئله نيست. حالا، در حال بودن مسئله است.

فقط مريد را تصور كن كه در برابر *نان-اين* نشسته است*نان-اين* سوال مي كند و مريد در گذشته گم شده است. او سعي دارد فكر كند كه كفش هايش را كجا قرار داده. او سعي دارد فكر كند كه آيا قادر به يادآوري هست يا نه. او سعي دارد فكر كند كه آيا هشياري را از دست داده يا نه.

هم اكنون وجودش پر از سردرگمي است. تمام آگاهي او ابرآلوده گشته. او ديگر در اينجا نيست. او ديگر در حضور *نان-اين* نيست، به گذشته رفته است، وارد تفكر شده است ، ديگر مراقبه گونه نيست.

آن ترديد، آن فكركردن، آن تلاش و كوشش براي يادآوردن ،نمي تواني از *نان-اين* فرار كني: او درونت را مي بيند، تمام آن ابرها را مي بيند. او مي بيند كه تو در اكنون و اينجا نيستي. آنوقت تو اجازه ي آموزش دادن نداري. آنگاه نمي توان تو را بيرون فرستاد، زيرا چه آموزش خواهي داد؟

آن چيزي را كه نداري نمي تواني آموزش دهي. مي تواني تظاهر كني، و آن تظاهر خطرناك خواهد بود ،_ زيرا اگر وانمود كني كه هشيار هستي و هشيار نباشي، آن تظاهر سرايت خواهد كرد. و مرشدان قلابي، مريدان قلابي مي آفرينند، و اين كذب و ريا همچون موج هايي به منتشر شدن ادامه مي دهد.

بزرگترين گناهي كه مي تواند از يك انسان سر بزند اين است كه به هشيار بودن تظاهر كند. حتي قتل يك انسان گناهي به اين بزرگي نيست، زيرا در واقع نمي تواني كسي را بكشي. فقط مي تواني بدني را ازبين ببري، و روح وارد بدني ديگر مي شود.

فقط يك بازي را خراب مي كني و بلافاصله بازي ديگري شروع مي شود.

يك قاتل چنان گناهكار بزرگي نيست. ولي اگر تظاهر كني كه هشيار هستي و هشيار نباشي، اگر وانمود كني كه مرشدي و مرشد نباشي، چنان خسارتي مي زني، چنان ضرر بي نهايتي مي زني كه هيچ گناهي با آن قابل مقايسه نيست ، زيرا ديگران نيز به تظاهر كردن مي پردازند. آنان نيز شروع مي كنند به تظاهر كردن و سپس اين ادامه پيدا مي كند ، درست مانند اينكه سنگي را در درياچه اي ساكن بيندازي و آنوقت امواج آب تشكيل مي شوند و منتشر مي شوند. يك موج توليد موج ديگري مي كند و موجي تازه را مي آفريند و به همين ترتيب ادامه پيدا مي كند و تا مرزهاي درياچه پيش مي رود.

و اين درياچه ي آگاهي مرزي ندارد. وقتي كه يك موج ايجاد شد، تا ابد خواهد رفت، تا ابد ادامه خواهد يافت.

خودت اينجا نخواهي بود، ولي تظاهر تو، كذب تو ادامه خواهد داشت.

و بسياري از مردم توسط آن فريب خواهند خورد.

يك مرشد دروغين بزرگترين گناهكار در اين دنياست. براي همين است كه *نان-اين* اجازه نمي دهد كسي تا خودش به اشراق نرسيده باشد، برود و آموزش دهد. آنوقت است كه آن نوري

كه در تو فروزان است به ديگران كمك مي كند تا فروزان شوند. همان آتشي كه در درون تو مي سوزد ديگران را گرم مي كند.

خود آن حيات كه براي تو اتفاق افتاده، به ديگران كمك مي كند تا از مردگي خودشان بيرون بيايند.

ولي به ياد داشته باش: آگاهي، هشياري يا معرفت فقط وقتي مي تواند پيوسته باشد كه بي تلاش شده باشد. در ابتدا تلاش بايد وجود داشته باشد، زيرا در غيراينصورت چگونه مي تواني شروع كني؟

در ابتدا سعي مي كني، مي كوشي تا هشيار باشي، به هر ترتيبي مي كوشي تا آگاه باشي، ولي آن تلاش توليد يك تنش مي كند. و هرچه بيشتر تلاش كني، تنش بيشتري خواهي داشت. لمحات كوچكي وجود خواهند داشت، ولي به سبب آن تنش، شعف از دست مي رود. ولي بايد از اين مرحله ي تلاش كردن نيز گذر كني.

دير يا زود از يك نكته آگاه خواهي شد: هرگاه كه تلاش كني، هشياري را خواهي داشت، ولي اين هشياري بسيار كابوس گونه و همراه با شكنجه است. بسيار سنگين است، همچون كوهي روي سرت سنگيني مي كند. اين هشياري شادي آور نيست، بي وزن نيست. نمي رقصد. ولي وقتي اين تلاش را مي كني، گاهي، ناگهان هشيار مي شوي ، زماني كه تلاشي انجام نمي دهي.

و آن هشياري ناگهاني است كه سبك، شاد، رقصان و پرشعف است.

ولي اين فقط براي كساني روي مي دهد كه تلاش نمي كنند. درحالي كه مشغول تلاش كردن هستي، گاهي اوقات، وقتي كه تلاشي نمي كني، اين لمحه برايت روي مي دهد.

و سپس وقتي كه آگاه شدي كه توسط تلاش كردن نمي تواني به آن چيز غايي دست بيابي، خواهي دانست كه فقط توسط بي تلاشي به دست خواهد آمد. اين براي بسياري از مراقبه كنندگان اطراف من رخ مي دهد.

آنان نزد من مي آيند و مي گويند كه وقتي صبح و عصر به مراقبه مشغول مي شوند، اتفاق زيادي برايشان نمي افتد. ولي ناگهان در شب، يا ناگهان در بعدازظهر نشسته اند و چيزي شروع مي شود ، و آنان هيچ كاري نمي كنند.

اين اتفاق مي افتد. مثل اين است: بارها مي شود كه نامي را فراموش كرده اي و احساس مي كني كه نوك زبانت است. خيلي فشار مي آوري تا به خاطر بياوري و هرتلاشي را انجام مي دهي تا آن نام را به آگاهي خودت بياوري. ولي نمي آيد. هرچه بيشتر تلاش كني، كمتر موفق مي شوي.

وخوب مي داني كه آن نام را مي داني و مي تواني به ياد بياوري. خيلي نزديك است ولي يك مانع، چيزي چون يك سد وجود دارد و آن نام برايت نمي آيد ،_ شايد نام يك دوست محبوب باشد! و وقتي كه تمام آن تلاش بسيار عبث مي شود ، آن را رها مي كني. مي روي روزنامه مي خواني يا سيگار دود مي كني. يا به باغچه مي روي و قدم مي زني و يا مشغول حفر يك گودال در باغچه مي شوي. و ناگهان آن نام بالا مي زند. ناگهان آن نام وجود دارد و آن دوست آنجا ايستاده و صورتش را مي بيني.

چه اتفاقي افتاده؟ وقتي كه تلاش مي كردي خيلي تحت فشار و تنش بودي ، همان تنش يك مانع شده بود و گذرگاه را تنگ كرده بود. آن نام مي خواسته بيايد، حافظه در مي زده، ولي همان تنش مانع گشايش بوده. براي همين بود كه احساس مي كردي كه نوك زبانت است. نوك زبانت هم بود! ولي چون خيلي تنش داشتي، خيلي نگرانش بودي و اضطراب داشتي كه آن را به سطح آگاهي بياوري، همان اظطراب تو يك مانع شد ، زيرا وقتي ذهن خيلي مضطرب شود، بسته مي شود.

هرآنچه كه زيبا و درست است فقط زماني روي مي دهد كه تو در موردش نگران نباشي.

تمام چيزهاي دوست داشتني فقط زماني اتفاق مي افتند كه تو حتي منتظرشان هم نباشي ، درخواست نكني و تقاضا نكني. آنوقت ذهن بي مانع است. براي همين است كه وقتي روي مي دهد كه فراموشش كرده باشي.

تلاش لازم است. در ابتدا، تلاش كردن يك بايد است ، بيهوده هست، ولي بااين وجود ضروري است. بيهودگي آن به تدريج تشخيص داده مي شود.

وقتي كه لمحاتي داشتي، لمحات ناگهاني، و احساس كردي كه بدون تلاش كردن آن لمحات برتو بارش كردند و هداياي الهي بودند ، آنوقت مي تواني تلاش كردن را رها كني.

آنوقت با رهاكردن تلاش، هداياي بيشتر و بيشتري دريافت خواهي كرد.

در شرق ماهميشه باور داشته ايم و به درستي باور داشته ايم كه اشراق چيزي چون يك دستاورد نيست ، همچون يك نعمت است، يك هديه، يك عطيه است، يك *پراشاد* prasad.

خداوند آن را به تو عطا مي كند ، نمي تواني آن را از دست او قاپ بزني.

براي سالك غربي درك اين بسيار دشوار است. زيرا در غرب، در چند قرن اخير، تمامي ذهن انسان به يك چيزي كه قاپ مي زند تبديل شده است. تو همه چيز را از طبيعت قاپيده اي. علم هر رازي را كه مي داند، به او داده نشده است، قاپيده شده اند.

تو با زور و خشونت طبيعت را وادار كرده اي اسرار خودش را برايت باز كند.

و چون با ماده موفق شده اي، مي پنداري كه اين با الوهيت نيز مي تواند روي بدهد ، اينطور نيست، غيرممكن است.

نمي تواني به بهشت حمله كني و با سرنيزه واردش شوي. نمي تواني الوهيت را وادار سازي تا قلبش را برايت بگشايد، زيرا هروقت كه فشار بياوري، بسته مي شوي ، مشكل اينجاست.

هرگاه فشار بياوري، بسته هستي. و اگر بسته باشي، الوهيت نمي تواند برايت هويدا شود.

وقتي كه فشار نياوري و همچون ابري سپيد شناور باشي، فقط گردش كني و تلاشي نكني تا به جايي برسي...... وقتي هدفي نباشد، تلاشي هم نيست. وقتي نخواهي چيزي را كسب كني، تنشي هم براي آن وجود ندارد. وقتي كه از همينكه هستي خوشحال باشي، وقتي از دنيا همانگونه كه هست، خوشحال باشي، وقتي چيزها را همانطور كه هستند مي پذيري و نمي خواهي چيزي را تغيير بدهي ، _ ناگهان به بعد ديگري از بودش منتقل مي شوي. درهايي را مي يابي كه هميشه گشوده بوده اند ، هرگز بسته نبودند. نمي توانند بسته باشند! راز الوهيت هميشه نزديك تو بوده. هرگز خيلي دور نبوده است. *نمي تواند* از تو دور باشد، زيرا تو بخشي از الوهيت هستي. هركجا كه بروي، آن راز با تو حركت خواهد كرد.

مسئله ي جست وجو كردن و تحقيق كردن نيست. مسئله، ساكت ماندن و اجازه دادن است.

وقتي كه جست وجو مي كني، ازدست مي دهي، زيرا يك جست و جوگر هميشه خشن است. وقتي در جست وجوي آن باشي، برتو وارد نخواهد شد، زيرا ذهني كه در جست وجو است بسيار سرگرم است. در دسترس نيست. هرگز در اينك و اينجا نيست. هميشه جايي در آينده است: چه وقت آن اكتشاف انجام مي شود؟ چه وقت جست و جو تكميل مي شود؟ چه وقت جست و جو به پايان مي رسد؟

ذهن او هميشه جايي در انتها است، اينجا نيست. و الوهيت اينجاست ، پس شما هرگز باهم ملاقات نمي كنيد. يك جست وجوگر هرگز نمي رسد.

اين به اين معنا نيست كه نبايد يك سالك باشي. در ابتدا بايد جست و جو كني، راه ديگري وجود ندارد.

در ابتدا بايد يك جست وجوگر باشي، بايد تحقيق كني و هرگونه تلاشي را انجام دهي. فقط با تلاش بسيار و جست و جويي ديوانه وار است كه به اين تشخيص خواهي رسيد كه آن واقعه وقتي رخ مي دهد كه تو در ذهني غيرجستوجوگر هستي.

گاهي در موقع استراحت كردن برايت رخ مي دهد. گاهي در وقت خواب، برتو نازل مي شود. گاهي وقتي در جاده راه مي روي، در آنجا وجود دارد. گاهي فقط وقتي به طلوع

خورشيد نگاه مي كني و هيچ كار ديگري نمي كني و فقط يك هشياري منفعل هستي.... يا گاهي در شبي مهتابي در كنار درياچه، يا فقط با نگاه كردن به گلي كه گلبرگ هايش شكفته مي شوند... و تو در يك هشياري بدون عمل هستي و فقط نگاه مي كني...

زيرا نيازي نيست كه تو كاري انجام دهي.

وقتي گلي شكوفا مي شود، هيچ كمكي را از سوي تو لازم ندارد.

مردمان احمقي وجود دارند كه سعي مي كنند به اين عمل كمك كنند و تمام زيبايي گل را ازبين مي برند و آن گل هرگز واقعاً شكفته نمي شود. حتي اگر آن را مجبور به شكفتن كني، يك گل بسته خواهد بود.

آن شكوفايي رخ نداده است، يك چيز تحميلي است. هرچيز كه تحميل شده باشد، هرگز شكوفا نشده است.

براي طلوع خورشيد به كمك تو نيازي نيست. مردماني هستند كه فكر مي كنند به وجود ايشان نياز هست! اين ها مردماني هستند كه توليد دردسر بسيار مي كنند، دردسر بسيار، زيرا فكر مي كنند كه كمك آنان در همه جا مورد نياز است.

در زندگي واقعي، هركجا كه واقعيت روي بدهد، به كمك هيچكس نيازي نيست. ولي تاب آوردن در برابر اين وسوسه بسيار دشوار است ، زيرا وقتي كه كمك مي كني، احساس مي كني كه كاري كرده اي.

وقتي كاري انجام بدهي، نفس ايجاد مي كني. وقتي كاري نكني، نفس نمي تواند وجود داشته باشد. در لحظه ي بي عملي، نفس ناپديد مي شود.

در حال نگاه كردن به طلوع خورشيد، در حال نگاه كردن به شكفتن يك گل، در حال نگاه كردن به مهتاب بر روي درياچه، بدون اينكه كاري انجام دهي ،_ ناگهان، برتو نازل خواهد شد. درمي يابي كه تمامي جهان هستي سرشار از الوهيت است، هر نفس تو الهي است.

با تلاش به بي تلاشي برس. با جست و جوگري به حالت بي طلبي برس.  با ذهن وارد بي ذهني شو.

دو نوع مردم وجود دارند. به يك نوع مي گويم: تلاش كن ، آنان تلاش مي كنند، ولي به بي تلاشي اجازه نمي دهند. به نوع ديگر مي گويم: فقط در بي تلاشي روي مي دهد ،_ آنان تمام تلاش را رها مي كنند. هردو به خطا رفته اند. هر دو از راه دور شده اند.

آهنگ زندگي چنين است: تلاش كن تا بتواني بي تلاش هم باشي.

تا انتها فشار بياور تا بتواني به لحظات آسودگي نيز دست بيابي.

تا جايي كه مي تواني سريع بدو تا وقتي كه مي نشيني، واقعاً بنشيني.

در تلاش خود خسته شو تا وقتي كه استراحت مي كني، يك استراحت واقعي باشد.

مي تواني با بي قراري دروني در جايي استراحت كني. مي تواني روي زمين دراز بكشي، ولي آن بي قراري دروني مي تواند ادامه يابد. پس فقط روي زمين دراز كشيده اي، ولي اين يك استراحت نيست.

مي تواني همچون يك *بودا* بنشيني و در درونت آن كودك مشغول دويدن باشد ، ذهن مشغول كار و عمل كردن است. در درون داري ديوانه مي شوي: در بيرون همچون يك مجسمه ي *بودا* نشسته اي.

مي تواني در بيرون كاملاً بي حركت باشي، ابداً حركت نكني و در درون، غوغايي برپا باشد. اين كمكي نخواهد كرد. آن غوغا را با تلاش كردن به پايان برسان. هرچه سريع تر بدو. خسته و كوفته شو.

براي همين است كه من روي مراقبه ي پوياdynamic meditation تاكيد دارم.

هم تلاش است و هم بي تلاشي. هم عمل است و هم بي عملي. هم دويدن است و هم *ذاذن* ، فقط نشستن.

*نان-اين* به درون آن مريد نگاه مي كند. آيا او به وراي تلاش كردن رفته است؟ آيا به بي تلاشي رسيده است؟ آيا هشياري چيزي طبيعي و خودانگيخته برايش شده است؟ آيا ديگر سردرگم نيست؟ آيا همچون آسمان صاف، شفاف شده است؟ آنوقت مي تواند يك مرشد باشد. مجاز است بيرون برود و آموزش دهد.

هروقت كه وسوسه ي آموزش دادن ديگري به سرت زد اين را به ياد بياور. و اگر مايلي چيزي را به ديگري بگويي، فقط بگو كه اين *در موردabout* است: *در مورد* خداوند است، *درمورد* هشياري است!

و ديگري را آگاه كن كه تو خودت نرسيده اي ، شنيده اي. و تو چنان چيزهاي زيبايي شنيده اي كه مايلي آن ها را سهيم شوي، ولي خودت نرسيده اي. آنوقت مي تواني بدون مسموم كردن ديگري، به او كمك كني.

هميشه به ياد داشته باش: اگر نمي داني، نمي داني. هرگز تظاهر نكن ، نه حتي به طور منفي.

زيرا مي تواني فقط ساكت بماني و نگويي كه تو نرسيده اي. حتي اين هم خوب نيست،

زيرا وقتي سكوت مي كني، شايد ديگري اين احساس را بگيرد كه تو شناخته اي. اين را روشن كن كه تو نشناخته اي ، ولي اشخاصي را مي شناسي كه شناخته اند، در موردش شنيده اي.

در هند، دو نوع متون مقدس وجود دارند. يكي را *شروتي* shruti مي خوانند و ديگري را *سميريتي* smriti. *سميريتي* يعني حافظه و *شروتي* يعني آنچه كه شنيده شده است. آن متوني كه *سميريتي* خوانده مي شوند، به آن كساني متعلق هستند كه خودشان شناخته اند. اين مال خودشان است. آنان حافظه ي خودشان را بازگو كرده اند. تجربه هاي خودشان را بيان كرده اند. *شروتي* آن متوني است كه از كساني كه خوش اقبال بوده و نزد آناني كه شناخته بوده اند رسيده است ، آنان شنيده اند.

هميشه اين را به ياد بسپار: اگر شنيده اي، آنوقت بگو كه اين چيزي است كه تو شنيده اي و اين خيلي زيباست كه حتي با شنيدن نيز براي تو گنجينه اي شده است. حتي با شنيدن نيز قلبت را لمس كرده است ، و مايلي تا آن را سهيم شوي. ولي اين فقط عملي دوستانه است، تو يك مرشد نمي شوي. اين فقط حركتي عاشقانه است، سهيم كردن ديگران در شادماني تو است ، ولي تو هشياري را سهيم نمي شوي.

تاوقتي كه خودت نرسي، تاوقتي كه تشخيص ندهي، تاوقتي كه مال خودت نباشد، سعي نكن ديگري را هدايت كني. اين خشونت است.

و وقتي كه خودت برسي، همان وجودت يك راهنمايي مي شود.

اين مريد كه نزد مرشدن *نان-اين* رفت، از همان ابتدا گامي خطا برداشته بود.

زيرا اگر آماده بود، *نان-اين* او را فرا مي خواند. تصميم با او نبود كه " اينك ده سال تمام شده است و من بايد بروم و آموزش بدهم." خود همين فكر اشتباه بوده. وقتي كه مريد آماده شود، مرشد پيش از اينكه او بداند ، خواهد دانست، زيرا البته كه مرشد مي تواند بيش از آنچه توخودت را نظاره كني، تو را نظاره كند.

و مرشد تو را حتي در شب هايت و در روياهايت دنبال مي كند. چه از تماشاكردن او آگاه باشي و چه نباشي، او همچون سايه است كه هميشه وقايع را تماشا مي كند.

و تو آگاه نخواهي بود، زيرا اين چيزي بسيار ظريف است.

هرگاه مريدي آماده باشد، مرشد او را فرا مي خواند و به او مي گويد: "حالا برو!"

نيازي نيست كه مريد اعلام كند و اگر مريد تصميم بگيرد كه اعلام كند، اين يعني كه او آماده نيست ، نفس هنوز وجود دارد.

اين مريد ميل داشت كه مرشد باشد. هر مريدي ميل دارد ، و همين ميل است كه مانع است. ده سال تمام شده بود، او مي بايست محاسبه مي كرده باشد. او مي بايد فردي حيله گر بوده باشد، وگرنه چه كسي به ياد مي آورد؟ و اگر نتواني زمان را فراموش كني،

فايده ي زندگي كردن با مرشد در چيست؟ چه چيز ديگري را فراموش خواهي كرد؟ عجله براي چيست؟

اين مريد تسليم نشده است. او فقط در انتظار است و حساب مي كند. محاسبات وجود دارند، منطق وجود دارد و يك نگرش تثبيت شده به اوضاع. او تاريخچه ي معبد را مي داند كه در هر ده سال يك مريد آماده مي شود و سپس بيرون مي رود.

ولي اين بستگي دارد. هر مريدي در ده سال آماده نمي شود، برخي از مريدان در ده زندگاني نيز آماده نمي شوند. و برخي مريدان در ده ثانيه آماده مي شوند. اين يك امر مكانيكي نيست. بستگي به كيفيت و شدت آگاهي مريد دارد. گاهي چنين روي داده است: فقط يك نظر از سوي مرشد، و مريد آماده شده است.

اگر او باز باشد، اگر مانعي وجود نداشته باشد، اگر او تسليم باشد، آنگاه حتي يك لحظه نيز كافي است ، حتي آن نيز ضروري نيست. اين واقعه بي زمان رخ مي دهد.

ولي اگر محاسبه كني و فكر كني: "چه وقت روي خواهد داد؟ من به قدر كافي صبر كرده ام. يك سال گذشته، دو سال گذشته، ده سال گذشته و من در انتظار هستم و اتفاقي نمي افتد...." و در درون محاسبه مي كني... آنوقت وقتت را هدر مي كني.

مريد بايد زمان-آگاهي خودش را از دست بدهد. زمان به نفس تعلق دارد. زمان به ذهن تعلق دارد. مراقبه بي زمان است.

اين مريد نزد مرشد مي آيد تا فقط اعلام كند: "حالا ده سال تمام شده است. اينك كجا بايد بروم و در كجا بايد تدريس كنم؟ من آماده ام." ، چون ده سال تمام شده است!

هيچكس هرگز چنين آماده نمي شود. براي همين بود كه مرشد مي بايد چنان پرسشي مي كرد ، فقط براي اينكه حماقت مريد براي خودش روشن شود.

و مرشدان *ذن* مردماني دشوار هستند ، بسيار رك، بانفوذ و شرمنده كن!

چه سوالي از اين سالك بزرگ كه ده سال انتظار كشيده : "كفش هايت را كجا گذاشتي؟ سمت راست يا چپ؟" اين چه جور سوالي است و اين چه جور مردي است كه چنين سوالي را از يك سالك بزرگ مي پرسد!

اين ابداً فرافيزيكي نيست. نمي تواني سوالي بي ربط تر از اين بپرسي. سوالي پيش پاافتاده تر از اين وجود ندارد ، سوال در مورد كفش!

مي توانست در مورد خداوند از او بپرسد و او آماده بود. مي توانست در مورد بهشت و دوزخ از او سوال كند و او آماده بود. آن مريد بايد تمام پاسخ ها را از بر مي دانسته. براي همين است كه او ده سال را به مطالعه و خواندن تلف كرده بود. او تمام متون مذهبي را مي دانست و آماده بود! مرشد مي تواند هر سوالي را از اين موضوع ها مطرح كند.

و به ياد بسپار: اگر نزديك انساني روشن ضمير باشي، او هرگز پرسشي را مطرح نمي كند كه بتواني پاسخ بدهي. مسئله ي پاسخ دادن در كار نيست، مسئله واكنش با تمامي وجود است. مرشد سوالي بيهوده مي پرسد: "كفش هايت را كجا گذاشتي؟" تمام معلومات فرافيزيكي مريد مي بايد درهم فروريخته باشد و بايد فكر مي كرده كه " اين چه جور مردي است...؟ من اينجا حاضر و آماده ام و پر از پاسخ. هر سوالي بپرسي جوابش را دارم. حتي به آن پرسش هايي كه *بودا* پاسخي نداد، من پاسخ خواهم داد! من تمام كتاب ها را مي دانم و تمام متون مذهبي را خوانده ام. همه چيز را خوانده ام. تمام آيات را از بر دارم."

او آماده بود ، و اين مرد در مورد كفش ها سوال مي كند! ولي اين مرد واقعاً سوالي را مطرح مي كند كه نمي تواني پاسخ بدهي، زيرا نمي تواني از پيش برايش آماده باشي. اين بسيار غيرقابل پيش بيني بود.

و اين مريد مردد است، و ترديد، واكنش اوست. همان ترديد همه چيز را در مورد اين مريد بيان مي كند: او هنوز هشيار نيست ، وگرنه ترديدي در كار نبود. عمل مي كني! اگر او گوش به زنگ بود، بايد كاري مي كرد. بايد به روشي تمام واكنش نشان مي داد، ولي او يك ذهن شد: سردرگم، مردد و گيج.

اين داستاني زيباست. وقتي *ذن* براي نخستين بار در غرب شناخته شد، آنان باورشان نمي شد كه اين مرشدان چه مي كنند و چه مي پرسند ، پرسش هاي مسخره اي مطرح مي كنند. اگر تو از مرشد *ذن* پرسشي بپرسي او واكنش نشان مي دهد. هيچ مرشد *ذن* به تو پاسخي نخواهد داد ، او واكنش نشان مي دهد.

يك سالك، يك سالك فلسفي نزد مرشد *ذن*، *بوكوجو* Bokuju رفت و از او پرسيد: " راه چيست؟"

*بوكوجو* به تپه هاي اطراف نگاهي كرد و گفت: " اين تپه ها بسيار زيبا هستند."

به نظر بي معني و مسخره است! زيرا او مي پرسد: "راه چيست؟ " و *بوكوجو* پاسخ مي دهد: " اين تپه ها بسيار زيبا هستند."

سالك كه بسيار ناكام شده بود بي ردنگ آنجا را ترك كرد. آنوقت بوكوجو خنده اي زيبا كرد.
يكي از مريدان پرسيد:" مرشد، آن مرد بايد فكر كرده باشد كه تو ديوانه اي."
بوكوجو گفت: " يكي از ما به يقين ديوانه است. يا او ديوانه است... زيرا نمي تواني در مورد راه سوال كني، بايد آن را بپيمايي. با سفركردن است كه راه كشف مي شود. راه ازقبل و آماده شده وجود ندارد. بنابراين نمي توانم بگويم كه كجاست."

راه همچون بزرگ راه ها نيست، ازپيش آماده، منتظر تو : بيا و سفر كن!
همچون راهي وجود ندارد، وگرنه همه مدت ها پيش رسيده بودند.
اگر راه چيزي ازپيش آماده شده بود، همه آن را پيموده بودند.
راه توسط سفر تو خلق مي شود. منتظر تو نيست كه بيايي.
همان لحظه اي كه سفر را شروع كني، راه خلق مي شود.
راه از تو نشات مي گيرد ، درست مانند تار عنكبوت. از تو بيرون مي زند.
تو آن راه را خلق مي كني، آنوقت آن را مي پيمايي. و تو آن را مي پيمايي و بيشتر آن را خلق مي كني.
و به ياد بسپار: راه با تو ازبين مي رود. بنابراين هيچكس ديگري نمي تواند در آن سفر كند. نمي تواند وام داده شود.
بنابراين آن مرشد مي گويد: اين سوالي است كه نمي تواند پرسيده شود ، فقط مردمان احمق هستند كه چنين پرسش هايي مطرح مي كنند: " راه چيست؟" راه*تو* هستي!

سپس مريد گفت: "من اين را مي فهمم، ولي چرا در مورد تپه ها حرف زدي؟"

مرشد گفت: "يك مرشد بايد در مورد تپه ها سخن بگويد، زيرا تا زماني كه از تپه ها عبور نكني، راهي پيدا نخواهي كرد. راه در وراي تپه هاست و تپه ها چنان زيبا هستند كه كسي مايل نيست از آن ها عبور كند. آن ها چنان سرگرم كننده و مجذوب كننده اند كه همه در تپه ها گم مي شوند ، و راه در وراي اين تپه ها وجود دارد."

يك مرشد واكنش نشان مي دهد. او به نياز واقعي تو واكنش نشان مي دهد.

او نگران پرسش هاي تو نيست. پرسش هاي تو ممكن است با ربط يا بي ربط باشند.

اين *تو* هستي كه هميشه با ربط هستي. او به تو نگاه مي كند. او تو را نشانه مي رود.

ولي مردمان روشنفكر هميشه اين پاسخ ها را از دست مي دهند.

# نقطه ي تلاقي تو هستي

## *صبح يازدهم*

## *20 مي 1974*

*اشو جان، وقتي ما در برابر شما مي نشينيم، سخنانتان را مي شنويم*
*و حضورتان را احساس مي كنيم، همه چيز ممكن به نظر مي رسد.*
*ولي وقتي به اوضاع زندگي روزمره ي خودمان باز مي گرديم،*
*امور به نظر چندان روشن نمي رسند و ما احساس مي كنيم كه از شما بريده شده ايم.*
*به ما گفته ايد كه نبايد دنيا را ترك كنيم، بلكه در درون مراقبه گون باشيم.*
*همچنين گفته ايد كه بايد خودانگيخته و ديوانه باشيم.*
*چگونه مي توانيم اين دو چيز را باهم تركيب كنيم،*
*بدون اينكه از خانواده و دوستان خودمان و جامعه ي اطراف بيگانه شويم؟*

زماني كه شروع كني به فكر كردن در تناقضات و اينكه چگونه آن ها را با هم تلاقي بدهي، هميشه در مشكل خواهي بود. آنوقت همه چيز يك سازشكاري خواهد بود ، و هيچكس هرگز با سازشكاري رضايت نخواهد داشت. چيزي هميشه كسر است و نقص دارد.
اگر چنين كني، آنوقت آن قطب ديگر هميشه بايد گم شود. اگر چنان كني، آنوقت اين قطب بايد گم شود. و هرچه را كه ازدست بدهي، هميشه در ذهنت پرسه خواهد زد. هرگز به تو اجازه نخواهد داد كه مسرور باشي.
پس نخستين چيز اين است: هرگز در مورد سازشكاري فكر نكن. ولي اگر به تناقضات بينديشي و بخواهي آن ها باهم تلاقي كنند، مجبوري كه سازش كني.
پس توصيه ي من به تو چيست؟
نخستين نكته اين است: هميشه در درون يكپارچه باش، و هرگز به يكپارچگي بيرون فكر نكن ، زيرا كه نقطه ي تلاقي *تو* هستي. تنها كه هستي، ساكت مي نشيني.
در زندگي، بايد فعال و درگير باشي.
سكوت و درگير بودن باهم تناقض دارند، ولي هردو در تو ملاقات مي كنند.
تو ساكت هستي و تو درگير هستي.

اگر تو يكپارچه باشي، سكوت تو و مشغوليت تو يكپارچه خواهند بود. تنها بودن تو و بودنت با همسر يا دوستانت باهم تناقض دارند، ولي تو در هردو وجود داري. اگر تو يكپارچه باشي، در تنهابودنت خوشحال خواهي بود. اگر تو يكپارچه باشي، با ديگران نيز خوشحال خواهي بود.

خوشحال بودن كيفيت تو خواهد بود. خوشوقتي تو بسته به تنهابودن و باديگران بودنت نيست. اگر وابسته باشد، آنوقت مشكلات به وجود خواهند آمد.

اگر احساس كني كه وقتي تنها هستي خوشحالي و خوشحالي تو بستگي به تنها بودنت دارد، آنوقت مشكل خواهي داشت. آنوقت با ديگران ناشاد خواهي بود و آنوقت شروع مي كني به فكركردن كه چگونه اين دو قطب متضاد را باهم آشتي دهي.

مشكل به اين سبب برخاسته كه تو براي خوشوقت بودنت به تنهايي خودت وابسته شده اي.

وابسته نباش.

وقتي تنها هستي خوشوقت باش. بگذار خوشحالي كيفيت تو باشد. و زماني كه از تنهايي به مشغوليت با ديگران و ارتباط و رابطه حركت مي كني آن كيفيت خوشوقتي را كه وقتي تنها بودي داشتي، با خودت حمل كن ، با خودت بياور.

در ابتدا دشوار خواهد بود، زيرا تقريباً هميشه فراموش خواهي كرد. به سبب فراموشي است كه دشوار است، چون كه پيوسته هشيار نيستي. ولي رفته رفته، آن كيفيت را باخود حمل خواهي كرد.

وقتي با كسي زندگي مي كني، بازهم مي تواني همانقدر در تنهايي خودت باشي كه وقتي تنها بودي. يك روح يكپارچه باقي خواهي ماند.

وقتي كه هيچ كاري نمي كني، احساس خوشحالي مي كني و راحت هستي.

اين راحت بودن بايد كيفيتي از وجودت شود ، نه آن بي عمل بودن.

همين كيفيت را در عمل نيز با خودت حمل كن و آنوقت مشكلي وجود نخواهد داشت.

در ابتدا مشكلاتي وجود خواهند داشت، ولي نكته اي را كه بايد به ياد بياوري اين است كه خوشحالي، سرور و شعف تو نبايد به هيچ شرط بيروني متكي باشد.

اگر متكي باشد، آنوقت تناقض وجود خواهد داشت ،_ زيرا، آنطور كه اكنون زندگي مي كني، هميشه متكي هستي. مردم فكر مي كنند كه اگر با دوستان باشند خوشحال هستند و اگر تنها باشند، غمزده و كسل خواهند بود ، وجود ديگري مورد نياز است.

اين گونه مردم نوعي هستند كه برون گرا extrovert خوانده مي شوند.

نوع ديگر درون گرا introvert است. هروقت كه تنها باشد، خوشحال است و هرگاه با ديگران باشد، ناشادي وارد وجودش مي شود. هر دو در اسارت نوع خودشان هستند.

فقط ازيك نوع بودن، يك اسارت است. بايد از هر گونه و نوع type آزاد باشي. نه بايد برون گرا باشي و نه درون گرا ، يا كه هردو باشي. اگر هردو باشي، از اسارت يك نوع آزاد شده اي.

پس چه بايد كرد؟

هرگز با يك موقعيت تثبيت نشو، هميشه با قطب متضاد آن حركت كن و آن كيفيت را باخودت حمل كن. و تاجايي كه مي تواني به قطب ديگر برو و آن كيفيت را همراه ببر.

به زودي درخواهي يافت كه آن كيفيت را مي تواني به همه جا ببري.

آنوقت نمي توان تو را به جهنم فرستاد، زيرا حتي اگر فرستاده شوي، خوشحالي خودت را به آنجا نيز خواهي برد! آنوقت هرگز نمي ترسي. مردمان "مذهبي" از جهنم مي ترسند و مشتاق و خواهان بهشت هستند. اين مردم ابداً مذهبي نيستند.

زيرا در اينصورت، بهشت و جهنم هردو موقعيت هاي بيروني هستند، كيفيت هاي تو نيستند.

اين ها مردماني دنيايي هستند. اين كاري است كه مردمان دنيايي مي كنند. مي گويند: اگر اين شرط برآورده شود، آنوقت خوشبخت خواهم بود. بنابراين خوشبختي بسته به موقعيت بيروني مي شود: "اگر يك قصر داشته باشم، خوشبخت خواهم بود؛ اگر فلان مقدار پول در بانك داشته باشم، آنوقت خوشبخت خواهم بود، اگر زني زيبا داشته باشم، خوشبخت خواهم بود."

وقتي خوشبخت خواهي بود كه چيزي در بيرون از تو برآورده شده باشد. و مي گويي: "اگر برآورده نشود، خوشبخت نخواهم بود."

يك انسان مادي وغيرمذهبي چنين است. و اين مردمان به اصطلاح مذهبي نيز چنين هستند: در طلب بهشت هستند و از جهنم پرهيز مي كنند. هردو يك كار را مي كنند.

براي شما، اين يك سلوك sadhana خواهد بود، يك انضباط دروني:تا حد ممكن به قطب متضاد برو و سعي كن يكپارچگي دروني را با خودت همراه ببري.

در سكوت كه نشسته اي، احساس كن كه آن كيفيت دروني چيست. آنوقت با آن كيفيت بودش كه در درون حفظ مي كني، وارد عمل شو.

اگر بارها آن را ازدست بدهي، نگران نباش. حتي اگر يك بار نيز آن را به قطب مخالف ببري، در آن ماهر خواهي شد. آنوقت قلق آن را به دست آورده اي.

آنوقت گاهي به كوهستان برو ، زيبا هستند. و سپس به دنيا بازگرد ، اين نيز زيباست.

اگر كوهستان ها زيبا باشند، چرا كه مردم نباشند؟ آنان نيز در جاي خود كوهستان هستند.
گاهي تنها باش و گاه با مردم باش.

و اگر هشيار باشي، نه تنها تضادي وجود نخواهد داشت، بلكه از آن قطب ديگر كمك نيز خواهي گرفت. اگر بتواني كيفيت خوشحالي را از تنهايي به جمع ببري، ناگهان از پديده اي جديد آگاه خواهي شد، رويدادي تازه در درون تو ، كه جامعه به تو كمك مي كند كه تنها باشي و تنهايي به تو كمك مي كند كه چگونه عميقاً با مردم در رابطه باشي.

انساني كه هرگز تنها نبوده است، *نمي تواند* زيبايي ارتباط را بشناسد.

مي گويم نمي تواند، زيرا كه هرگز تنها نبوده است.

او هرگز يك فرد نبوده است ، چگونه مي تواند زيبايي ارتباط را بشناسد؟

و انساني كه هرگز در جامعه زندگي نكرده، نمي تواند شعف تنهابودن را درك كند.

آيا فكر مي كني انساني كه در مكاني دورافتاده به دنيا آمده و در تنهايي بزرگ شده مي تواند مسرور باشد؟ آيا فكر مي كني كه مي تواند از تنهايي لذت ببرد؟ او فقط گنگ و خرفت خواهد بود.

به كوهستان برو، به *هيماليا* برو. مردم در آنجا زندگي مي كنند ، هزاران سال است كه در آنجا زندگي كرده اند. در آنجا زاده شده اند ، ولي اينقدر كه شما مي توانيد از زيبايي *هيماليا* لذت ببريد، آنان نمي توانند. آنقدر كه شما از سكوت آنجا لذت مي بريد، آنان نمي توانند. آنان از سكوتي كه در آنجا هست هشيار نيستند. وقتي به شهر مي آيند هيجان زده مي شوند ، همان هيجاني كه شما احساس مي كنيد، وقتي كه به كوهستان مي رويد. مردمي كه در *بمبئي*، *لندن* يا *نيويورك* زندگي مي كنند، وقتي به *هيماليا* مي روند هيجان زده مي شوند. مردمي كه در *هيماليا* زندگي مي كنند، وقتي به *بمبئي* ، *لندن* يا *نيويورك* بروند احساس مي كنند كه چه دنيايي زيبايي است.

براي احساس كردن به قطب مخالف نياز است ، يك زمينه ي مخالف و متضاد مي بخشد.

روز زيباست زيرا كه شب وجود دارد. و زندگي سروري بزرگ است زيرا كه مرگ وجود دارد.

و عشق يك رقص درون مي شود، زيرا كه نفرت وجود دارد.

عشق تو را به اوج والاي معرفت رهنمون مي شود ، زيرا عشق مي تواند ازدست برود!

عشق چيزي نيست كه بتواني روي آن حساب كني. اين لحظه وجود دارد و لحظه ي بعد رفته است. امكان غيبتش به حضورش ژرفايي خاص مي بخشد.

سكوت وقتي ساكت تر مي شود كه در پس زمينه اش صدايي وجود داشته باشد.

درست چند لحظه پيش هواپيمايي گذشت. مي تواني دو جور به آن نگاه كني: اگر در درون انساني مختل شده باشي، احساس مي كني كه صداي هواپيما سكوت را مختل كرد. اگر در درون انساني يكپارچه باشي، صداي هواپيما سكوت اينجا را ژرف تر ساخته است. آن صدا يك زمينه مي شود، به سكوت شكل و فرم مي بخشد. آن را تيزتر مي كند. سكوتي كه در ميان آن صداي هواپيمايي گذر كند، بيش از پيش ساكت خواهد بود. بستگي به تو دارد.

هميشه به ياد بسپار: به اشياء، اوضاع و شرايط وابسته نشو. آنوقت مي تواني حركت كني.

و از حركت پرهيز نكن، وگرنه تثبيت مي شوي.

و همه از حركت كردن مي ترسند، زيرا وابسته هستند.

نمي تواني از كوهستان خودت، از انزواي خودت بيرون بيايي و به دنيايي بازار بروي، زيرا مي داني كه مختل خواهي شد! اين چه جور سكوتي است كه مي تواند توسط بازار مختل شود؟ چه ارزشي دارد؟ اگر بازار و دنيا و سروصداي دنيا بتواند سكوت تو را ازبين ببرد، آنوقت سكوت تو بسيار ناتوان است.

اگر سكوت تو واقعاً توانا باشد، اگر آن را به دست آورده باشي، هيچ چيز نمي تواند آن را ازبين ببرد.

درمورد سكوت، درك آن چيزي كه مي خواهم بگويم دشوار نيست. ولي اين نگرش من در مورد تمام امور زندگي است. اگر يك *براهماچارياي* واقعي باشي، اگر واقعاً به وراي سكس رفته باشي، مي تواني وارد سكس بشوي و اين حركت، كيفيت *براهماچاري* brahmachari تو را ازبين نخواهد برد.

درك اين بسيار دشوار است. اگر سكس بتواند *براهماچاري* تو را نابود كند، چيز ارزشمندي نبوده است.

تو آن كيفيت را در درون حمل مي كني.

اگر واقعاً زنده باشي، پر از انرژي، مي تواني شادمانه بميري.

تنها انسان هاي ضعيف هستند كه ناشاد مي ميرند ، زيرا هرگز زندگي نكرده اند.

آنان هرگز فنجان زندگي را مزه نكرده اند. آنان فقط ورجه وورجه كرده اند و زندگي هرگز براي آنان رخ نداده است. براي همين است كه از مرگ مي ترسند.

كسي كه زندگي كرده باشد، هميشه آماده ي مردن است. كسي كه واقعاً زندگي كرده باشد، هرلحظه آماده است تا مرگ را بپذيرد. لغت "پذيرفتن" مناسب نيست. بهتر است بگويم هميشه از مرگ "استقبال" مي كند و به آن "خوشامد" مي گويد. ، مرگ را با خوشي و شادماني دريافت مي كند. آنگاه مرگ يك ماجراجويي است.

اگر واقعاً زندگي كرده باشي، *بايد* هم چنين باشد. آنگاه مرگ يك دشمن نيست، يك دوست است.

يك زندگي عميق تر، به مرگ اجازه مي دهد تا وارد شود. يك زندگي توخالي، از مرگ مي پرهيزد. و اين در مورد تمام جنبه هاي زندگي صدق مي كند.

اگر دوستي را شناخته باشي، از دشمنان وحشت نداري. دشمني زيبايي خودش را دارد.

نوعي دوستي است ، در قطب مخالف. يك رابطه ي عاشقانه است از سمت مخالف.

يك درگيري است، يك تعهد است.

اگر دوستي را شناخته باشي، عاشق دشمن هستي.

و وقتي *مسيح* گفت : "دشمنت را دوست بدار، " منظورش همين بود. نه آنچه كه مسيحيان در تمام اين قرن ها تفسير كرده اند. نمي تواني دشمنت را دوست داشته باشي! چگونه مي تواني عاشق دشمنت باشي؟

ولي من به شما مي گويم: اگر عاشق دوستان بوده باشي، عاشق دشمنانت نيزخواهي بود ، زيرا وقتي كه زيبايي دوستي را شناخته باشي، همچنين زيبايي دشمني را نيز خواهي شناخت. اين همان دوستي است در جهت معكوس. وهردو به زندگي تو غنا مي بخشند.

قطب هاي مخالف در واقع باهم مخالف نيستند. در ژرفاي درون، هماهنگي عظيمي باهم دارند. آن ها بخش هاي يك كل هستند. اين چيزي است كه چيني ها مي گويند: *ين yin* و *يانگ yang* هردو بخشي از يك حركت هستند از يك چرخ ، دوتا نيستند. به نظر دوتا مي آيند زيرا كه ما به آن ها عميقاً نگاه نكرده ايم.

دليلش چشمان سطحي بين ما است، ذهن هاي غيرنافذ ما و آگاهي سطحي ما است. براي همين است كه به نظر مخالف مي آيند. وگرنه مخالف نيستند.

مرگ و زندگي باهم دوست هستند. توسط يكديگر است كه وجود دارند، به يكديگر هستي مي بخشند. بدون ديگري، ابداً وجود نخواهند داشت. آيا زندگي مي تواند بدون مرگ وجود داشته باشد؟

انسان هميشه و هميشه در اين رويا به سر برده كه چگونه مرگ را ازبين ببرد.

اين نگرش ذهن است، ذهن خطي، ذهن منطقي ، چگونه مرگ را ازبين ببرد. زيرا ذهن منطقي مي گويد: اگر مرگ نباشد، زندگي به وفور وجود خواهد داشت. هان؟ يك منطق ساده. حتي يك كودك خردسال نيز اين محاسبه را درك مي كند: اگر مرگ نباشد، زندگي بيشتري وجود خواهد داشت.

ولي من به شما مي گويم: اگر مرگ نباشد، زندگي نخواهد بود.

براي همين است كه منطق ساده هميشه كاذب است. در ظاهر درست به نظر مي آيد: "اگر دشمن وجود نداشته باشد، تمام دنيا دوست تو خواهد بود." اين اشتباه است. آنوقت هيچ امكان دوستي وجود نخواهد داشت.

منطق مي گويد: "اگر نفرت وجود نداشته باشد، عشق و عشق و عشق بيشتر وجود خواهد داشت."

بنابراين منطق دان ها همواره سعي كرده اند كه قطب متضاد را ازبين ببرند. آنان نمي توانند چنين كنند ، زيرا زندگي از هر منطقي بزرگتر است. و جاي خوشوقتي است كه آنان نمي توانند قطب متضاد را نابود كنند ، آنان نمي دانند چه مي كنند!

اگر قطب متضاد وجود نداشته باشد، آنوقت آنان مي پندارند كه زندگي بيشتري وجود خواهد داشت، عشق بيشتري وجود خواهد داشت و خوشبختي بيشتري وجود خواهد داشت.

نه. چنين امكاني وجود ندارد ، زيرا خود زمينه ازبين خواهد رفت.

ديالكتيك چيزي كاملاً متفاوت مي گويد ، و ديالكتيك بيشتر در مورد زندگي صدق مي كند تا منطق.

ديالكتيك مي گويد: "اگر خواهان زندگي بيشتر هستي، آنوقت بيشتر براي مرگ آماده باش."

و شايد متوجه نباشي، ولي اين اتفاق مي افتد. وقتي رانندگي مي كني و بيشتر و بيشتر سرعت مي گيري، سرگرم سرعت مي شوي. و نقطه اي مي رسد كه مرگ هرلحظه ممكن است اتفاق بيفتد. آنوقت سرزنده هستي، آنوقت شعله ي زندگي سريع و تيز مي سوزد.

براي همين است كه سرعت چنان جاذبه و مغناطيسي دارد ، زيرا سرعت تو را به مرگ نزديك تر مي كند. وقتي بيشتر نزديك مرگ باشي، زندگي بيشتري وجود دارد، به همان نسبت افزايش مي يابد.

براي همين است كه جنگ چنين جذاب است، زيرا در جنگ، مرگ بغل دست تو است، هميشه نزديكت است.

شايد فكر كني كه سربازاني كه در جبهه ي جنگ هستند بايد خيلي رنجور باشند. اشتباه مي كني، وگرنه هيچكسي نمي جنگيد. آنان رنجور نيستند. واقعيت درست عكس اين است: وقتي به دنياي معمولي بازمي گردند، رنجور هستند. وقتي در جبهه هستند و در خط مقدم مي جنگند، رنجور نيستند. تمام رنج ها ازبين مي رود. آنان چنان به مرگ نزديك هستند كه براي نخستين بار احساس مي كنند كه زنده هستند! و هرچه مرگ به آنان نزديك تر مي شود، احساس سرزندگي آنان بيشتر مي شود. وقتي در اطرافشان بمباران مي شود و تركش ها به اطراف پخش مي شود و هرلحظه مي توانند بيفتند و بميرند، در آن لحظه احساس يك شعف مي كنند.

آنان زندگي را لمس مي كنند، در عميق ترين لمس ها با زندگي هستند.

وقتي مرگ تو را مي بوسد، اين يك بوسه ي زندگي نيز هست.

براي همين است كه ماجراجويي و شجاعت اينهمه جذاب است.

اگر بترسي، زندگي را به دست نخواهي آورد. و من به شما مي گويم كه مراقبه بزرگترين ماجراجويي و بزرگترين شجاعت است، زيرا كه حتي در جبهه ي جنگ نيز تو اينهمه به مرگ نزديك نيستي. حتي اگر احساس كني كه به مرگ نزديك هستي، آن فقط مرگ جسماني است. مرگ جسماني مرگي سطحي است ، پوسته و بدن مي ميرد.

خانه ات نزديك مرگ است و نه خودت، سرپناهت نابود خواهد شد، نه خودت.

ولي در مراقبه، اين *تو* هستي كه ازبين مي روي ، نه فقط آن منزل، بلكه آن ميزبان؛ نه فقط آن سرپناه، بلكه آن صاحب خانه. اين نفس است كه بايد بميرد.

بنابراين بزرگترين جنگاوران هميشه به مراقبه علاقه دارند.

ميل دارم در مورد پديده اي برايتان بگويم كه در هندوستان روي داده، در ژاپن روي داده و در هركشوري كه زادگاه جنگاوران است رخ خواهد داد.

تمام مراقبه كنندگان بزرگ هند از طبقه ي جنگاوران يا *كشاتيريا* Kshatriyas بودند، نه از طبقه ي روحانيون يا *براهيمن* ها Brahmins .

اين به نظر عجيب مي آيد. اين *براهمين* ها هستند كه بايد مراقبه كنندگان بزرگي باشند. آنان هستند كه بر كتب *اپانيشاد* و *گيتا* و *ودا* ها تفسير مي نوشتند. آنان بودند كه فرافيزيك ايجاد مي كردند و بزرگترين فرافيزيك دان هايي بودند كه دنيا تاكنون شناخته است. تاجايي كه به بيان شفاهي و منطق مربوط مي شود، هيچكس، در هيچ كجاي دنيا با *براهمين* ها قابل مقايسه نيست. آنان بسيار ظريف عمل كرده اند، ولي مراقبه كنندگان بزرگي نبوده اند.

*بودا* يك مراقبه كننده ي بزرگ است ، او يك *كشاتيريا* است، يك جنگاور. *ماهاويرا* يك مراقبه كننده ي بزرگ است. او يك *كشاتيريا* است، يك جنگاور، نه يك *براهمين*. تمام بيست و چهار پيشواي مذهبي فرقه ي *جين* همگي جنگاور بوده اند. اين به نظر عجيب مي آيد. چرا؟

در ژاپن، *سامورايي* ها وجود داشته اند، بزرگترين جنگاوراني كه دنيا تاكنون شناخته است. يك *سامورايي*، نقطه ي اوج و غايت امكان يك جنگاور است. يك *سامورايي* در هر لحظه آماده است تا بميرد. او براي چنان چيزهاي بي اهميتي آماده است بميرد كه نمي توانيد تصورش را بكنيد.

در مورد يك واقعه تاريخي شنيده ام كه سيصدسال پيش اتفاق افتاد: يك *سامورايي*، يك جنگاور بزرگ، خيلي خيلي مست بود. ناگهان براي منظوري خاص او را نزد پادشاه فراخواندند و او به ديدار پادشاه رفت.

او سعي كرد هشيار باشد، ولي خيلي مست بود. او آداب و تشريفات جزيي را فراموش كرده بود كه چگونه و چقدر نزد پادشاه تعظيم كند. البته تعظيم كرد ولي نه تا به آن حد مطلوب و مناسب.

صبح روز بعد، وقتي سرحال آمد، بي درنگ خودش را كشت!

بايد واژه ي *هارا-گيري* hara-kiri را شنيده باشيد. *هاراگيري* به *سامورايي* ها تعلق دارد.

به مجردي كه احساس كرد خطايي مرتكب شده، فقط يك تشريفات معمولي... و پادشاه چيزي نگفته بود.

او چنان جنگاور بزرگي بود كه پادشاه ابداً به آن اشاره نمي كرد، ولي او خودش را كشت.

روز بعد كه پادشاه شنيد كه او خودكشي كرده، گريست.

آن جنگاور سيصد مريد داشت. آنان نيز بي درنگ خودشان را كشتند، زيرا اگر مرشد خطايي مرتكب شده باشد، مريدان نيز بايد از او پيروي كنند.

و تعجب خواهيد كرد و به نظر باور نكردني مي آيد كه اين كار به مدت صدسال ادامه داشت ، يك چيز كوچك ، مريدان بيشتر و مريدان آن مريدان، زيرا كه زماني يك مرشد... و اين هرگز شنيده هم نشده بود كه يك *سامورايي* مست نزد پادشاه برود و خطايي مرتكب شود.

براي چنين چيزهاي بي اهميت! مرگ به نظر بسيار آسان و در دسترس مي آيد!

اين *سامورايي* ها بودند كه *ذن* را، بزرگترين سنت مراقبه dhyan در دنيا را ابداع كردند.

اين سامورايي ها عميقاً مراقبه مي كردند.

احساس من چنين است كه تاوقتي كه آماده ي مردن نباشي، نمي تواني براي مراقبه آماده باشي. جنگ و مراقبه به نوعي بسيار عميق باهم مترادف هستند.

هرگاه كه امكان ازبين رفتن وجودت درميان باشد، در آن لحظه، شعله ي زندگيت در تماميتش مي سوزد. تمام آن شدت زندگي نزدت مي آيد.

قطب هاي متضاد پيشاپيش باهم ديدار كرده اند. نيازي نيست كه تو آنان را باهم تلاقي بدهي و باهم تركيبشان كني. آنان پيشاپيش ديدار كرده اند، آنان در هماهنگي عظيمي به سر مي برند. *تو* در هماهنگي نيستي، مشكل اين است.

بنابراين وقتي كه سالم هستي و احساس سلامت مي كني، آن سلامت را به وقتي ببر كه احساس بيماري و ناخوشي مي كني. و من به شما مي گويم كه احساس سلامتي كردن بستگي به سلامت *ندارد*.

احساس سلامتي يك احساس دروني است، به بدن بستگي *ندارد*.

مي تواني حتي وقتي كه ناخوش هستي آن را با خودت حمل كني.

*رامان ماهارشي Raman Maharshi* درحال مرگ بود. او سرطان داشت، سرطان گلو و حرف زدن تقريباً برايش غيرممكن بود و غذا خوردن نيز همينطور. ولي تمام آنان كه در آخرين روز زندگيش دور او جمع شده بودند، بسيار تعجب كرده بودند ، او خيلي خوشحال بود. چشمانش سرشار از نوعي سلامت بود. وضعيت بدني اش يك مخروبه بود، تام بدنش داشت ازبين مي رفت ، ولي *رامان* نه : او سالم تر از هميشه بود.

روزي مرشدي ديگر درشرف مرگ بود. او خيلي پير بود، تقريباً صدسال داشت. مريدان حاضر بودند. آنان نمي توانستند گريه كنند زيرا مرشد بسيار خوشحال بود. آنان نمي توانستند زاري كنند، زيرا به نظر مسخره مي آمد. آن پيرمرد بسيار شاد بود، درست مانند يك كودك از شادي موج مي زد و از آخرين نفس هايش لذت مي برد. آنان فقط وقتي توانستند گريه كنند كه او مرده بود.

و شخصي پرسيد: "چرا وقتي زنده بود نتوانستيد گريه كنيد؟"

مريدان گفتند: "به نظر خيلي بي معني مي آمد. با ديدن صورتش، با نگاه كردن به چشم هايش، به نظر مي رسيد كه او به حيطه اي والاتر از وجود صعود مي كند، گويي كه مرگ فقط دري بود براي ورود به الوهيت، گويي كه او نمي مرد، بلكه دوباره متولد مي شد. و او يك پيرمرد نبود، اگر به چشمانش نگاه مي كردي، يك كودك بود ، فقط بدنش پير بود."

احساس سلامت مي تواند حمل شود.

حتي وقتي جداً بيمار هستي، مي تواني در يك احساس سلامت دروني باقي باشي.

تو آن چيز ديگر را مي شناسي: حتي وقتي كاملاً سالم هستي، مي تواني احساس بيماري و ناخوشي كني. اين را مي شناسي! ، بنابراين آن ديگري نيز مي تواند ممكن باشد.

تو كاملاً سالم هستي و درعين حال مغموم و رنجور هستي. كاملاً جوان و زنده هستي و گويي كه در بستر مرگ قرار داري و به نوعي اين بار زندگي را بردوش مي كشي و تمام زندگي همچون وزنه اي بي جان برقلبت سنگيني مي كند.

تو زنده هستي زيرا كار ديگري نمي تواني بكني! چه مي تواني بكني؟ ، _ زنده اي!

تو خودت را زنده يافته اي، پس آن را حمل مي كني.

ولي زندگي براي تو پديده اي شعف آور نيست، تو از آن شادمان نيستي، آن را جشن نمي گيري.

چه بركت عظيمي! ، زنده بودن. حتي براي يك لحظه نيز زنده بودن و هشيار بودن خيلي زياد است.

و يك طول عمر به تو داده شده و زندگاني هاي بسيار، ولي تو شاكر نيستي.

زيرا تاوقتي كه زندگي را جشن نگيري، چگونه مي تواني احساس سپاسگزاري و شكر كردن داشته باشي؟

تو كاملاً جوان و زنده هستي، ولي در درونت رنج را همراه داري.

انساني كه زندگي را شناخته باشد، حتي در حال مردن نيز آن احساس سلامت و سپاس را با خودش حمل مي كند. از درون وجودش خنده اي برمي آيد، از كنه وجودش خنده اي بيرون مي زند.

سعي نكن قطب هاي متضاد زندگي را باهم تركيب كني. فقط خودت يكپارچه باش.

و وقتي مي گويم "يكپارچه باش،" منظورم اين است كه هرچه را كه در تنهايي احساس مي كني، با خودت به بازار ببر، هراحساسي كه در مراقبه داري، با خودت وارد عشق كن ، زيرا در عشق، آن ديگري حضور دارد، و در مراقبه تو تنها هستي.

دير يا زود، چيزها به خودي خودشان جا مي افتند.

نيازي نيست تو آن ها را جا بيندازي، تو فقط خودت را جا بينداز.

خودت جابيفت، و چيزها خودشان مرتب خواهند شد ، هميشه چنين است و تو را دنبال خواهند كرد.

وقتي كه تو جا افتاده باشي، تمام دنيا جا مي افتد. وقتي كه *تو* در هماهنگي باشي، تمام دنيا هماهنگ است.

وقتي كه در درون هماهنگي باشد، در دنيا نيز ناهماهنگي نخواهد بود.

تاكيد من، تاكيد مطلق من اين است: خودت جا بيفت. سعي نكن هيچ هماهنگي بين اضداد پيدا كني. هرگز آن را نخواهي يافت. و اگر خيلي سعي كني، بيشتر و بيشتر مختل خواهي شد ، زيرا اين ناممكن است.

چيز ديگري پرسيده اي كه وقتي با من هستي احساس سلامت و سكوت مي كني و همه چيز به نظر ممكن مي آيد. اين نيز مي تواند يك وابستگي شود. آنوقت وقتي با من نيستي، چيزها بيشتر غيرممكن مي شوند و چيزها در هماهنگي نخواهند بود. سردرگم مي شوي.

وقتي با من هستي، احساس سكوت مي كني، زيرا كه كمتر وجود داري.

وقتي با من هستي، وقتي با من نشسته اين براي لحظاتي بي نفس مي شوي، براي مدتي، وجود نداري ، فقط با من هستي.

آن مانع برداشته شده است. آن ديوار ازبين رفته است. در آن لحظه، من در تو جاري شده ام. همه چيز ممكن به نظر مي رسد.

وقتي كه بازگردي، از پيش من دور شوي، باريگر ديوارهايت را برپا مي سازي. بازهم وجود داري. آنوقت چيزها چنان زيبا نيستند.

پس فقط درك كن چه اتفاقي مي افتد و آن را وقتي كه از من دور هستي با خودت حمل كن.

چه اتفاقي مي افتد؟ وقتي همه چيز ممكن به نظر مي آيد، وقتي حتي اشراق نهايي نيز ممكن به نظر مي آيد، چه مي شود؟ ،_ تو وجود نداري. بدون تو، همه چيز ممكن مي شود. با تو، همه چيز ناممكن است.

*مشكل تو هستي*. به من كه گوش مي دهي، ازياد مي بري. اگر فراموش كني، وجود نداري ، زيرا وجود تو در آنجا، آن نفس، فقط يك پديده ي ذهني است. بايد هرلحظه آن را خلق كني. مانند ركاب زدن به دوچرخه است ، بايد پيوسته به ركاب زدن ادامه بدهي. اگر براي يك لحظه متوقف شوي، دوچرخه مي ايستد.

قدري گشتاور وجود دارد، گشتاوري جزيي، دوچرخه چند متري پيش مي رود و سپس مي ايستد. اگر بخواهي دوچرخه به رفتن ادامه دهد، بايد مدام ركاب بزني.

اين روندي پيوسته است. حركت دوچرخه چيزي دايمي نيست، بايد هرلحظه خلق شود.

نفس نيز بايد هرلحظه ايجاد شود ، و اين تويي كه به آن ركاب مي زني. وقتي كه در اينجا هستي، آن ركاب زدن متوقف مي شود.

بيشتر به من توجه داري تا خودت. تمام نقطه ي توجه و تمركزت جابه جا مي شود.

مانند پسري خردسال است كه ركاب مي زند. او در مورد همه چيز كنجكاو است.

او به درختي نگاه مي كند كه صدها طوطي روي آن نشسته و وراجي مي كنند، و او از دوچرخه به زمين مي خورد زيرا كه توجهش جابه جا شده است. او از ركاب زدن باز مي ايستد، از ياد مي برد كه سوار دوچرخه است و بايد مدام ركاب بزند.

كودكان خردسال درابتدا فقط به يك دليل دوچرخه سواري را مشكل مي يابند ، زيرا در مورد همه چيز بسيار كنجكاو هستند. و در هيچ كشوري به كودكان اجازه ي رانندگي نمي دهند، فقط به اين دليل كه بسيار كنجكاو هستند. فراموش خواهند كرد. توجه كامل آنان در هرلحظه ممكن است به هركجا برود و فراموش كنند كه مشغول رانندگي هستند، و وسيله اي خطرناك در دست دارند و جان ديگران نيز در خطر خواهد بود.

آنان متمركز نيستند. آگاهي آنان به هركجا جاري است.

زماني كه اينجا هستي، آنقدر به من توجه داري، چنان درگير آن هستي كه ركاب زدن را ازياد مي بري.

و براي لحظاتي خاص، وقتي خودت را كاملاً ازياد مي بري، سكوتي بر تو نازل مي شود، سروري برمي خيزد و همه چيز به نظر ممكن مي رسد. تو الهي مي گردي ، براي همين است كه همه چيز به نظر ممكن مي رسد. براي يك خداست كه همه چيز ممكن است. براي يك خدا، هيچ چيز ناممكن نيست. در آن لحظه، خداگونه مي گردي.

دور از من كه باشي، وقتي كه بازگردي، ذهنت شروع مي كند به فكر كردن، شروع مي كني به ركاب زدن، و بيشتر ركاب خواهي زد، زيرا بايد جبران كني. براي لحظاتي ركاب نزده بودي، پس بيشتر ركاب مي زني تا جبران شود. آن نفس شديدتر باز مي گردد. تماست را با خودت ازدست مي دهي.

بامن، آنچه واقعاً رخ مي دهد اين است: تو بيشتر با خودت تماس داري. نفس وجود ندارد. با خودت در تماسي عميق به سر مي بري، منبع دروني ات در دسترس و جاري است. مانعي بر سر راه انرژي وجود ندارد.

دور از من، تمام موانع بازمي گردند، عادات كهنه برمي گردند.

و آنوقت اوضاع زياد خوب به نظر نمي رسد. و آنوقت تمام اين پديده ي بامن بودن همچون يك رويا به نظر مي آيد. نمي تواني باورش كني. مانند معجزه مي نمايد. و تو فكر مي كني كه شايد من كاري كرده باشم ، من هيچ كاري نكرده ام. هيچكس نمي تواند با تو كاري بكند. اين اتفاق به اين سبب رخ داده كه تو به آن اجازه داده اي.

وقتي از من دور مي شوي، اين احساس را با خودت حمل كن. هر احساسي را كه در اينجا داري، حمل كن، آنوقت نياز به من كمتر و كمتر مي شود. درغيراينصورت من يك ماده ي مخدر مي شوم، آنوقت هر صبح بيدار مي شوي و شوق مرا خواهي داشت. و آنوقت آماده مي شوي تا نزد من بيايي... يك اشتياق عميق ، آنوقت مي توانم يك ماده مخدر بشوم! و آنوقت بيشتر و بيشتر به من وابسته مي شوي.

اين راه رسيدن به *ساتوري*، *سامادي* يا اشراق نيست. راهش اين نيست.

اگر به من وابسته شوي، من يك ماده ي مخدر هستم و آنوقت ويرانگر هستم.

ولي اين *تو* هستي كه مرا به يك ماده ي مخدر تبديل كرده اي.

هر چيزي را كه در كنار من، در حضور من احساس كرده اي با خودت حمل كن.

بايد به نقطه اي برسي كه چه با من باشي و چه بدون من، يكسان باقي بماني.

آنوقت است كه من يك كمك هستم، آنوقت من يك اسارت نيستم. آنوقت براي تو يك آزادي خواهم بود ، و من *بايد* براي شما يك آزادي بشوم. و وقتي مي گويم كه من بايد براي شما يك آزادي بشوم، منظورم اين است كه بايد به نقطه اي برسيد كه از من نيز رها بشويد.

اگر اين رابطه يك وابستگي مدام باشد و تو آزاد نباشي، اين كمكي نخواهد بود ،

اين فقط به تعويق انداختن چيزهاست.

يك مرشد واقعي مريدانش را از خودش نيز آزاد مي سازد. هدف همين است.

نزد من بيا، از من دور شو، ولي آن احساس را با خودت همراه داشته باش.

به قطب هاي متضاد حركت كن و هميشه يكسان باقي بمان، آنوقت همه چيز ممكن است،

زيرا تو منبع تمام انرژي ها هستي.

تو منبع تمام زندگي را در درونت داري. آنچه كه در زندگي روي مي دهد از همان منبعي كه تو آمده اي اتفاق مي افتد. تو با آن در رابطه هستي، با آن يكي هستي. اگر پرندگان مي توانند بسيار شاد باشند و آواز بخوانند، تو نيز مي تواني باشي، زيرا همان منبع است كه آنان را با شادي و آواز تامين مي كند. همان منبع در دسترس تو نيز هست، ولي تو به نوعي مانع

ايجاد كرده اي. اگر درختان بسيار سرسبز هستند و در وطن هستند و نگران نيستند، تو نيز مي تواني چنين باشي، زيرا همان شيره گياهي sap كه به درختان مي رسد،

به تو نيز مي رسد. شايد آن را ازياد برده باشي، ولي وجود دارد.

تمام آنچه كه در زندگي رخ داده است، آنچه كه در اطراف تو روي مي دهد، تمام اين رازها، ميراث تو است ، آن را درخواست كن.

اگر مدعي آن نشوي، بي استفاده در كنارت به هدر مي رود ، و تو به گدايي كردن ادامه مي دهي. و آن امپراطوري وجود دارد و آن پادشاهي به هدر مي رود و منتظر مي ماند و تو به گدايي كردن ادامه مي دهي. آن را مدعي شو!

راه مدعي شدن آن چنين است: وقتي كه به قطب هاي متضاد مي روي، يكسان باقي بمان.

اين چيزي است كه *كريشنا* در *گيتا* مي گويد: "در لذت و درد يكسان بمان، در پيروزي و شكست يكسان بمان. هر اتفاقي كه مي افتد، بگذار بيفتد ، تو يكسان بمان."

اين يكسان بودن است كه به تو يكپارچگي خواهد داد.

يك چيز ديگر را هم پرسيده اي: كه من مي گويم در دنيا باش و دنيا را ترك نكن و در عين حال كاملاً ديوانه و مشعوف باش! به نظر دشوار مي آيد، زيرا آنوقت چگونه مي تواني در دنيا، در ارتباط با ديگران زندگي معمولي داشته باشي؟

آري، من چنين مي گويم. نكته ي اول: به نظر من ترك كردن دنيا كاري زشت است، زيرا اين يعني ترك كردن هديه اي كه خداوند به تو بخشيده است. زندگي را *تو* نيافريده اي. تو به دليل انتخاب خودت در اينجا نيستي. اين يك هديه است! ترك آن يعني مخلفت با خداوند.

تمام ترك دنياها ضديت با خداوند است. اين يعني نه گفتن.

براي همين است كه كساني كه ترك دنيا مي كنند بيشتر نفساني مي شوند.

لحظه اي كه دنيا را ترك مي كني، مي گويي: "من از زندگي عاقل تر هستم، من از آن منبع الهي كه همه چيز از آن بيرون مي آيد، خردمندتر هستم."

وقتي كه ترك دنيا مي كني، مي گويي: "من انتخاب مي كنم."

وقتي كه ترك دنيا مي كني، اراده ات را به كار مي گيري ، و اراده توليد نفس مي كند.

وقتي مي گويم ترك دنيا نكن، مي گويم: " يك اراده نباش، يك انتخاب گر نباش. هر چه كه روي مي دهد به دليل وجود تو روي نمي دهد، پس تو كيستي تا اين يا آن را انتخاب كني؟ بگذار اتفاق بيفتد.

تو چه مي تواني بكني؟ بگذار اتفاق بيفتد، نگذار تو را مختل سازد."

ترك دنيا فقط يك فرار است. زيرا تو آزرده مي شوي، زيرا مختل مي شوي و مي خواهي دنيا را ترك كني.
تو موقعيت را ترك مي كني ، تو آن نگرشي را كه سبب آزرده شدن مي شود ترك نمي كني. تو آن قلبي را كه زخم هاي فراوان دارد و هركسي مي تواند آن را آزرده سازد ترك نمي كني.
تو آن ذهني را كه بيمار است ترك نمي كني، ذهني كه هميشه آماده ي مختل شدن است.
تو دنيا را ترك مي كني ، كه آسان تر است. به *هيماليا* فرار مي كني، ولي آنچه كه در درون تو است، با تو خواهد بود. تفاوتي نخواهد داشت. فريب در اينجاست.
يكپارچه بمان. ساكت بمان. شاد بمان. و به دنيا اجازه بده تا اتفاق بيفتد! تو كيستي كه ترك كني يا ترك نكني؟ درهركجا كه خودت را در آنجا يافتي، بمان. يكپارچه و ساكت و شاد بمان.
به *هيماليا* نرو، هيماليايي در درون بيافرين ،_ وقتي مي گويم دنيا را ترك نكن، منظورم همين است. به كوهستان نرو، آن سكوت را در درون خلق كن، تا هركجا كه بروي، كوهستان نيز با تو حركت كند.
و رابطه زيباست، زيرا كه يك آينه است. ولي مردمان احمقي وجود دارند: آنان چهره ي خود را در آينه مي بينند، و مي بينند كه زشت است ، آينه را مي شكنند.
منطق آن روشن است: " اين آينه آنان را زشت كرده است ، پس آينه را بشكن و آنوقت زيبا هستي!"
رابطه يك آينه است. هرگاه با شخصي در رابطه باشي ، يك زن، يك شوهر، يك دوست، يك معشوق، يك دشمن ، يك آينه وجود دارد.
زن آينه ي شوهر است. مي تواني خودت را در آن ببيني و اگر يك شوهر زشت ببيني، سعي نكن زنت را رها كني ، زشتي در تو هست. آن زشتي را رها كن! اين آينه زيباست و از اين آينه تشكر كن.
ولي مردمان احمق و ترسو هميشه فرار مي كنند و ترك مي كنند‘ مردمان خردمند و شجاع هميشه در رابطه زندگي مي كنند ، و از آن همچون يك آينه استفاده مي كنند. درزندگي با يك شخص ديگر، پيوسته اطراف تو آينه كاري است. آن ديگري هرلحظه تو را بازتاب مي كند و افشا مي سازد. و هرچه رابطه نزديك تر باشد، آينه شفاف تر است: هرچه دورتر باشد، آينه چندان شفاف نيست.
براي همين است كه تمام ترك كردن ها، در حقيقت ترك كردن عشق است.

زن و شوهر: همين يك پايه مي شود براي شكستن رابطه. زيرا زندگي كردن بيست و چهار ساعته با شخصي در يك خانه، ارتباطي بيست و چهارساعته....

حتي وقتي كه يك زن حرف نمي زند، چيزي به شوهرش نمي گويد، درحال بازتاب دادن است. حتي وقتي كه شوهر مشغول روزنامه خواندن است، مشغول بازتاب است. طرزي كه روزنامه اش را گرفته، زنش مي داند كه آن روزنامه فقط ايجاد يك ديوار مي كند. او در پشت آن پنهان مي شود. شايد براي خودش تظاهر كند كه روزنامه مي خواند. شايد يك خبر را دوبار، سه بار بخواند. شايد ابداً مشغول خواندن نباشد، فقط به طور مكانيكي كلمات را وارانداز كند. ولي همان طرزي كه خودش را در پشت روزنامه پنهان كرده، يك آينه مي شود. او از زنش دوري مي كند. او از آن زن به ستوه آمده است. او نمي خواهد كه آن زن در آنجا حضور داشته باشد.، او نمي خواهد به آن زن نگاه كند و او را ببيند.

حضور زن، خود وجودش، سنگين است. او مي خواهد به نوعي فرار كند.

وقتي عاشق باشي، نيازي به زبان نيست. حركات، حتي سكوت گويا مي شوند.

در رابطه، يك آينه شدن پيوسته وجود دارد و همه زشت هستند زيرا زيبايي چيزي است كه رفته رفته فقط وقتي اتفاق مي افتد كه وجود دروني تو هويدا شود. نفس هميشه زشت است. بنابراين فقط وقتي كه نفس وجود نداشته باشد، فرد زيبا مي شود. اگر نفس وجود داشته باشد، آنوقت آينه هم هست. و هركسي كه پيوسته به يادت بياورد كه تو زشت هستي، يك دشمن مي شود ، مي خواهي او را ترك كني.  ولي آيا ترك كردن آينه خردمندانه است؟ احمقانه است. حتي اگر هيچكس تو را نشان ندهد، تو يكسان باقي مي ماني. وقتي كسي به تو يادآوري نكند، حتي شايد در همان جهت بيشتر رشد كني.

آينه خوب و زيباست. به تو كمك مي كند. و اگر هشيار باشي، مي تواني رفته رفته نفس را بيندازي. و سپس، در آينه ي ديگري، خود زيباي تو هويدا خواهد شد.

وقتي كه يك هيچ باشي، يك ابر سپيد، آنوقت تمام درياچه هاي عالم، سپيدي تو را آشكار خواهند كرد، آنگاه تمام درياچه هاي دنيا رهابودن شناور تو را برملا مي سازند.

بنابراين من مي گويم كه فقط يك چيز را بايد ترك كرد و آن ترك كردن است. نه هيچ چيز ديگر. جايي زندگي كن كه خدا هست، يا آن كل ، اگر واژه ي "خدا" را دوست نداري مشكلي نيست، اين تنها يك واژه است، چه خدا و چه آن كل ، _ هركجا كه آن كل تو را قرار داده، همانجا باش.

و آن كل هرگز كسي را در ترك دنيا قرار نداده است، هرگز. آن كل هميشه تو را به يك ارتباط پرتاب مي كند، زيرا هيچكس تنها زاده نمي شود ، نمي تواند چنين باشد. دست كم به مادر،

پدر نیاز است، به یك جامعه یا خانواده نیاز خواهد بود. آن كل همیشه تو را به رابطه پرتاب مي كند. براي همین است كه مي گویم ترك دنیا یعني مخالفت با خداوند.

گرجیف بینش هاي بسیار دارد. یكي از بینش هاي او این است كه تمام مردمام مذهبي با خداوند مخالف هستند.

این عجیب است، ولي درست است. و من كاملاً با او موافق هستم. حق با اوست.

*تمام* مردمان مذهبي با خداوند مخالف هستند ، زیرا آنان خودشان را قاضي مي دانند: "این درست است، آن نادرست است' و چنین باید بشود و چنان نباید بشود و انسان باید از دنیا كناره گیري كند."

خداوند تو را به دنیا پرتاب كرده و موعظه گران به اصطلاح مذهبي به تو مي آموزند كه آن را ترك كني.

من آنگونه مرد مذهبي نیستم. من طرفدار خداوند هستم، با آن كل موافق هستم. هركجا كه تو را هدایت كرد، همچون یك ابر با او برو، با او حركت كن و خودت را تماماً در اختیار آن كل قرار بده.

تنها چیزي كه باید به یاد سپرده شود این است: در قطب هاي مخالف است كه آن سكوت، آن تعادل، آن یكنواختي و آن یكپارچگي وجود دارد.

ولي مي گویي: این دشوار خواهد بود! آري، دشوار خواهد بود. اگر انسان مسروري باشي، در یك خانواده ي روانپریش pathological مشكل خواهي داشت ،_ و هر خانواده اي روانپریش است. مانند این است كه مجبور شده باشي در تیمارستان زندگي كني ، دشوار خواهد بود، زیرا همه در آنجا دیوانه هستند. پس چه مي تواني بكني؟

اگر تو را راهي تیمارستان كرده باشند و تو دیوانه نباشي و بقیه دیوانه باشند، چه خواهي كرد؟ اگر واقعاً دیوانه نباشي، رفتارت دیوانه وار خواهد بود. این تنها راه عاقلانه در آنجاست، تا كسي متوجه نشود كه تو سالم هستي، زیرا اگر این را بفهمند، برایت دردسر ایجاد خواهند كرد. در یك تیمارستان، یك انسان عاقل خودش را بیشتر از هر دیوانه ي دیگر به دیوانگي خواهد زد. و این تنها راه امن در آنجاست.

پس در این زندگي، كه همه دیوانه هستند، چه مي تواني بكني؟ تمام این سیاره یك تیمارستان است، تیمارستاني بزرگ، همه روانپریش هستند و بیمار و غیرطبیعي. چه مي تواني بكني؟

وانمود كن! سعي نكن دردسر بیهوده ایجاد كني، فقط بازي كن و از این نمایش لذت ببر.

اين نمايش دادن براي ديگران است. براي خودت، ديوانه وار مشعوف باش. منظورم چيست؟ منظورم اين است: اگر در همسايگي تو كسي مرده باشد، چه خواهي كرد؟ ، آيا ديوانه وار در آنجا خواهي رقصيد؟ آنوقت تو را كتك خواهند زد. گريه و زاري كن، قشنگ نقش بازي كن ، زيرا در آن موقعيت كاملاً جنون آميز كه مرگ را پذيرا نيستند و مرگ يك اهريمن است اين نمايش مورد نياز است.

دردسر بيهوده براي كسي درست نكن. اگر عاقل هستي، نقش بازي كن و چنان خوب بازي كن كه هيچكس ديگر نتواند به خوبي تو در آنجا گريه كند. از آن لذت ببر! ، وجود دروني تو اين لذت بردن است.

از آن يك شعف بساز! ولي براي بيرون، براي مردمي كه در اطرافت هستند، خوب نقش بازي كن. در دنيا يك هنرپيشه باش. وقتي كه يك هنرپيشه باشي، مختل نخواهي شد. زيرا آنوقت مي داني كه اين تنها يك بازي است. تمام زندگي يك نمايشنامه ي رواني بزرگ است. در آنجا يك هنرپيشه باش.

و در درون، در آن سرور غيرنفساني خودت باقي بمان.

# هركاري كه مي كني، تماميت داشته باش

***صبح دوازدهم***

***21 مي 1974***

***پرسش نخست***

*اشو جان، شما با ما در مورد تسليم كامل به مرشد سخن گفتيد، ولي ذهن ما غالباً براي پيروي نكردن دقيق از تعاليم دلايلي مي آورد.*
*ما چنين مي گوييم: مرشد نمي تواند بداند كه اوضاع عوض شده است؛*
*يا، مرشد از شرايط عملي در غرب آگاه نيست.*
*آيا ما بايد دقيقاً آنچه را كه مرشد مي گويد نقطه به نقطه عمل كنيم*
*و يا اينكه مواقعي هستند كه بايد نظرات خودمان را به كار ببنديم؟*

تو بايد يا مطلقاً پيروي كني، و يا ابداً پيروي نكني. هيچ سازشي نبايد انجام شود، زيرا هركاري كه از ته دل نباشد، نه تنها مفيد نيست، بلكه زيان آور است. هر چيزي كه با تمام دل نباشد، تو را تقسيم مي كند ، ضررش در همين است. تو بايد يك واحد تقسيم نشده باقي بماني.

بنابراين يا كاملاً تسليم باش... آنوقت نيازي نيست كه خودت فكر كني و مي تواني كوركورانه پيروي كني. من روي اين واژه ي "كوركورانه" تاكيد مي كنم ، گويي كه چشم نداري، كسي كه چشم دارد تو را هدايت مي كند. آنوقت است كه واحدي تقسيم نشده باقي مي ماني. و تقسيم نشده و يكپارچه، رشد خواهي كرد.

يااينكه، اگر احساس مي كني كه اين غيرممكن است و نمي تواند انجام شود، آنوقت ابداً پيروي نكن.

آنوقت تماماً از خودت پيروي كن ، آنوقت بازهم تقسيم نشده باقي مي ماني. هدف و مقصود تقسيم نشده ماندن است. و هردو كفايت مي كنند، نتيجه ي نهايي يكي خواهد بود.

اگر مي تواني تنها بماني، بدون مرشد و اگر مي تواني از معرفت خودت پيروي كني،
به هركجا كه هدايت كند، همان خواهد بود، نتيجه يكي خواهد بود. پس بستگي به تو دارد.
ولي ذهن هميشه مي گويد: هردو را بكن.

ذهن مي گويد: از مرشد پيروي كن، ولي در موردش بينديش ، فقط از آن چيزهايي پيروي كن كه *تو* فكر مي كني درست است!

آنوقت پيروي كجاست؟ تسليم كجاست؟

اگر داور *تو* باشي، و تو تعيين كني كه از كدام چيز پيروي كني و كدام را پيروي نكني،

آنوقت تسليم كجاست، اعتماد كجاست؟ آنوقت بهتر است كه از آگاهي خودت پيروي كني.

ولي خودت را فريب نده ، دست كم فريبي درميان نخواهد بود.

وگرنه، تو به اطاعت از خودت ادامه مي دهي و فكر مي كني كه از مرشد پيروي مي كني. اگر عامل تعيين كننده تو باشي، اگر تو بايد انتخاب كني، اگر تو بايد چيزي را دور بيندازي و چيزي را بپذيري، آنوقت از خودت پيروي مي كني. ولي مي تواني در اطراف خودت حالتي ايجاد كني و خودت را چنان فريب بدهي كه فكر كني از يك مرشد پيروي مي كني. آنوقت هيچ چيزي از اين حاصل نخواهد شد. رشد نخواهي كرد، زيرا هيچ رشدي توسط فريب دادن حاصل نخواهد شد.

و تو بيشتر و بيشتر سردرگم خواهي شد، زيرا اگر تو تعيين كني كه چه بايد كرد و چه نبايد كرد، اگر تو از ميان رهنمودهاي مرشد انتخاب كني، يك اغتشاش ايجاد خواهي كرد، زيرا هرگاه مرشد تو را هدايت مي كند، هدايت او از يك وحدت زنده بيرون مي آيد. هر دستورالعملي به ديگري مربوط است.

يك كليت به هم مرتبط و فشرده است. نمي تواني چيزي از آن را دور بيندازي و چيزي ديگر را عمل كني؛ آنوقت يك موجود خراب و درهم شكسته خواهي شد. حتي اگر يك جزء كوچك مورد غفلت قرار بگيرد، آنوقت تمام آن كل مختل خواهد شد.

تو نمي داني كه اجزاء چگونه از درون به هم پيوسته هستند.

بنابراين توصيه ي من به تو اين است: يك واحد، تقسيم نشده باقي بمان. تصميم بگير.

اگر تو بايد تصميم بگيري، تصميمت را بگير: من خودم را دنبال خواهم كرد.

آنوقت تسليم نشو. آنوقت نيازي هم نيست!

اين چيزي است كه*كريشنا مورتي* چهل سال، پنجاه سال مرتب مي گويد: "از كسي پيروي نكن."

مردم مي توانند بدون پيروي كردن از كسي به مقصد برسند، ولي آن جاده اي سخت و طولاني است، زيرا تو آماده نيستي از كسي كمك بگيري، هيچ راهنمايي ، كه ممكن هست و مي تواند بسياري از دشواري هاي راه را ازبين ببرد ، وجود ندارد.

اين چيزي است كه*كريشنا مورتي* مي گفته است و هيچكس انجامش نداده است.

مشكل ذهن اينجاست. ذهن مي تواند قبول كند: پيروي نكن ، نه اينكه دركش كرده باشد،
بلكه به اين سبب كه پيروي نكردن از ديگري نفس را بسيار ارضا مي كند.
هيچكس نمي خواهد از ديگري پيروي كند. نفس در اعماق مقاومت مي كند.
بنابراين تمام انسان هاي نفساني در اطراف *كريشنامورتي* گردآمده اند. آنان بازهم خودشان را فريب مي دهند. آنان فكر مي كنند كه از كسي پيروي نمي كنند، زيرا كه فريبندگي پيروي كردن را درك كرده اند، فهميده اند كه اين راه را بايد به تنهايي پيمود، فهميده اند كه هيچ كمكي ممكن نيست، هيچكس نمي تواند به تو كمك كند، كسي نمي تواند تو را هدايت كند ، بايد تنها سفر كني.
آنان فكر مي كنند كه اين را فهميده اند.
براي همين است كه از هيچ كس پيروي نمي كنند. موضوع اصلي اين نيست ، آنان فريب مي دهند. آنان به اين دليل پيروي نمي كنند كه نفسشان اجازه نمي دهد.
و همچنان به شنيدن *كريشنامورتي* ادامه مي دهند. سال هاي سال، بارها و بارها نزد *كريشنامورتي* مي روند. اگر هيچ كمكي ممكن نيست، چرا بارها و بارها نزد او مي روند؟
اگر كسي نمي تواند تو را راهنمايي كند، فايده اش چيست كه بارها و بارها به او گوش بدهي؟
بي فايده است.
و حتي همين نگرش كه بايد اين راه را تنها سفر كني، توسط خودت كشف نشده است ، توسط *كريشنامورتي* برايت آشكار شده است. در اعماق، او مرشد تو شده است، ولي تو به اين گفته ادامه مي دهي كه از كسي پيروي نمي كني. اين يك فريبكاري است.
همين فريبكاري مي تواند از سوي ديگر نيز اتفاق بيفتد. نزد من مي آيي، فكر مي كني كه تسليم شده اي و بازهم به انتخاب كردن ادامه مي دهي. اگر چيزي بگويم كه مناسب تو باشد، يعني كه خوشايند نفس تو باشد ، از آن پيروي مي كني.
اگر چيزي بگويم كه خوشايند نفس تو نباشد، شروع مي كني به توجيه كردن: "اين شايد براي من نباشد." بنابراين تو احساس مي كني كه تسليم شده اي ولي تسليم نشده اي.
مردم اطراف *كريشنامورتي* فكر مي كنند كه از كسي پيروي نمي كنند، و پيروي مي كنند.
شما در اطراف من فكر مي كنيد كه از من پيروي مي كنيد و از من پيروي نمي كنيد.
ذهن هميشه يك فريبكار است. هركجا كه بروي مي تواند فريبت دهد. پس هشيار باش.
من به شما مي گويم: مي توانيد بدون پيروي كردن برسيد ، ولي آن جاده اي بسيار بسيار تنها و بسيار طولاني است. بايد كه چنين باشد. ولي فرد مي تواند به مقصد برسد. غيرممكن نيست ، افراد رسيده اند.

خود من از طريق پيروي نكردن رسيده ام. شما نيز مي توانيد برسيد.

ولي به ياد بسپار كه پيروي نكردن نبايد يك ارضاي نفساني باشد ، وگرنه هرگز نخواهي رسيد. با مرشد و بي مرشد ، نكته ي اساسي اين نيست.

نكته ي اساسي نفس است، نفس تو. اگر بي نفس باشي، حتي بدون يك مرشد نيز مي تواني برسي. اگر نفساني باشي، حتي يك *بودا* نيز نمي تواند تو را هدايت كند.

يا كاملاً پيروي كن، يا ابداً پيروي نكن ، ولي تماميت داشته باش. تصميم با خودت است.

نگذار ذهن فريبت دهد و عميقاً به خودت نگاه كن. از آنچه مي كني هشيار باش.

اگر تسليم مي شوي، پس تسليم شو.

به ياد مي آورم كه واقعه اي در زندگي گرجيف روي داد. او با چند مريد كار مي كرد. نياز به تسليم مطلق بود ، وگرجيف گفته بود كه هرچه كه او مي گويد، مريدان بايد دنبال كنند. او به آنان كمك مي كرد تا يك تمرين خاص را انجام دهند. او اين تمرين را"تمرين ايست" مي خواند.

پس هروقت كه او "ايست" مي گفت، بايد در حين هرعملي كه بودي، بايستي. اگر راه مي رفتي و يك پايت در هوا بود و او مي گفت: "ايست!" بايد در همانجا متوقف مي شدي. اگر مشغول صحبت بودي و دهانت باز بود ، و او مي گفت: "ايست!" بايد با همان دهان باز متوقف مي شدي. نبايد حالت خودت را تغيير مي دادي، نبايد وضعيت خودت را راحت مي كردي ، زيرا اين يك فريب مي بود.

و تو هيچكس را جز خودت فريب نمي دهي.

يك روز ناگهان وقتي كه افراد در خارج از محوطه اردوگاه مشغول اين تمرين بودند و از ميان يك كانال آب عبور مي كردند، ناگهان گرجيف گفت: "ايست!" ،_ و او خودش داخل محوطه بود. پس افراد متوقف شدند. چهار نفر از آن كانال مي گذشتند. در آن وقت كانال خشك بود و آب در آن جريان نداشت، بنابراين آنان ايستادند. ولي ناگهان يك نفر دريچه ي آب را باز كرد و آب شروع كرد به جاري شدن.

آن چهار نفر شروع كردند به فكر كه چه بايد بكنند؟ زيرا گرجيف در داخل چادر بود و نمي داند كه آنان در داخل كانال هستند و آب جاري شده. ولي منتظر ماندند، زيرا ذهن تا يك حدي مي تواند منتظر بماند.

وقتي كه آب تا گردن آنان رسيد، يكي از آنان بيرون زد و گفت: " اين خيلي زياد است.گرجيف نمي داند."

سپس كانال پرآب تر شد. وقتي كه آب نزديك دماغ آنان رسيد، دو نفر ديگر نيز بيرون پريدند، زيرا نزديك بود كه غرق شوند. و توجيه كارشان بسيار ساده و آسان بود.

شما نيز چنين مي كرديد ، زيرا آنان مي مردند و مرشد در داخل چادر بود و نمي دانست!

فقط يكي از آنان باقي ماند. آب از روي سرش مي گذشت و او ايستاده بود. سپس گرجيف از داخل چادر بيرون آمد و او را از كانال بيرون كشيد ، او تقريباً بيهوش بود. بايد آب را از بدنش خارج مي كردند. درست در نقطه ي مرگ قرار داشت.

ولي وقتي چشمانش را باز كرد، انسان ديگري شده بود. آن مرد قديم واقعاً مرده بود.

اين يك تحول بود. او كاملاً فرق كرده بود.

در آن لحظه ي مرگ چه روي داده بود؟

او مرشد را پذيرفته بود.

او ذهن خودش و توجيهات آن را رد كرده بود.

او شهوت براي زندگي خودش را رد كرده بود.

او دروني ترين انگيزه ي بيولوژيك خودش براي بقا را رد كرده بود.

همه چيز را رد كرده بود.

او گفته بود: " وقتي كه مرشد «ايست» داده، من ايستاده ام. اينك هيچ چيز نمي تواند مرا حركت بدهد."

بايد بسيار بسيار دشوار بوده باشد ، تقريباً غيرممكن.

ولي وقتي غيرممكن را انجام مي دهي، متحول مي شوي.

حتي در وقت مرگ نيز او به ذهنش اجازه ي مداخله نداده بود. مرگ حاضر بود، ولي او به جاي پذيرفتن ذهن خودش و داوري هاي آن، مرگ را پذيرفته بود.

او هرگز همان مرد سابق نبود. هيچكس ديگر آن مرد قديم را نديد.

و سپس ديگران دريافتند كه چه فرصت بزرگي را ازكف داده اند.

آن سه نفر كه از كانال بيرون پريدند، فرصتي بزرگ را ازدست دادند.

تسليم كامل اين است. مسئله اين نيست كه براي ذهن تو جذاب باشد يا نه، كه ذهنت آري بگويد يا نه.

وقتي تسليم مي شوي، تمام امكان نه گفتن را وامي نهي.

موقعيت هرچه باشد، نه نمي گويي.

تسليم يعني آري گفتن كامل. سخت است! براي همين است كه متحول شدن سخت است. آسان نيست. براي همين است كه تولد روحاني آسان نيست.

ولي من نمي گويم كه نمي تواني به تنهايي برسي. مي تواني تنها برسي، مي تواني با يك مرشد برسي، مي تواني در يك گروه برسي، مي تواني انفرادي برسي. تمام امكانات باز است. من نه طرفدار اين هستم و نه طرفدار آن. بستگي به تصميم تو دارد، و بدون هيچ فريبكاري تصميم بگير. و به ياد داشته باش : مسئله ي شرق و غرب در ميان نيست.

ذهن در ژرفا يكي است، تمام تفاوت ها سطحي هستند. غربي و شرقي ، اين ها فقط تاثيرات سطحي، فرهنگي و نژادي هستند، ولي در سطح قرار دارند. ذهن انسان در عمق يكي است. اينكه از كجاآمده اي بي ربط است. تسليم شو و يا مطلقاً تنها بمان.

ولي هر دو راه فقط مي توانند توسط افراد با تماميت پيموده شوند.

*بودا* به تنهايي به اشراق رسيد، با پيروي كردن از *بودا* ، بسياري به همان اشراق رسيدند.

من يك هواخواه حزبي نيستم. من آنچه را كه*كريشنامورتي* مي گويد نمي گويم كه:

"راه تنها اين است." من مانند*مهربابا* نيستم كه مي گويد : "راه تنها همين است."

و من خوب مي دانم كه آنان چرا مي گويند كه " راه تنها اين است." براي اينكه به تو كمك كنند، زيرا وقتي كه آگاه شوي كه راهي ديگر هم مي تواند راه باشد، سردرگمي شروع مي شود. آنوقت شروع مي كني به تاب خوردن ، گاهي چنين فكر مي كني و گاهي چنان فكر مي كني. براي همين است كه مرشدان گفته اند: "راه فقط همين است." ، فقط براي اينكه ذهنت سردرگم نشود. وگرنه، آن راه متضاد نيز تو را جذب مي كند و تو به تغييردادن ديدگاه هايت ادامه خواهي داد. مرشدان براي اينكه به تو تماميت ببخشند، چنين تاكيد مي كنند. ولي من مي گويم كه هردو، راه هستند چرا؟ ، زيرا آن تاكيد كهنه شده است و تو آن را زياد شنيده اي: "تنها راه همين است." اين يك كليشه ي مرده شده است. ديگر كمكي نخواهد كرد.

در گذشته مي توانست كمك كند، اكنون نمي تواند كمك كند ، زيرا دنيا بسيار يگانه گشته است، دنيا بسيار مانند يك دهكده ي جهاني شده است و هر مذهبي براي مذاهب ديگر شناخته شده است و تمام راه ها شناسايي شده اند. اينك بشريت با تمام راه ها آشنا شده است ، تمام طريقت ها، تمام امكانات، تمام روش هاي جايگزين.

در گذشته، مردم فقط يك طريق را مي شناختند ، طريقي كه در آن زاده شده بودند. تاكيد روي اينكه تنها راه همين است، مناسب بود ، براي اطمينان دادن به ذهن هاي آنان و توكل پيدا كردن.

ولي اينك، اوضاع ابداً چنين نيست. حالا يك هندو، قرآن مي خواند. يك مسيحي براي هدايت گرفتن به هندوستان مي آيد. يك محمدي از وجود *گيتا* و *ودا* ها آگاه است. تمام راه ها شناخته شده اند. سردرگمي هاي بسيار وجود دارند و هركس كه امروزه بگويد كه تنها راه *اين* است، كمكي نخواهد كرد، زيرا اينك تو مي داني كه راه هاي ديگر هم وجود دارند.

اكنون تو مي داني كه مردم از راه هاي ديگر هم رسيده اند و در حال رسيدن هستند.

بنابراين، من روي هيچ طريقي تاكيد نمي كنم.

اگر تسليم شوي، مي تواني كمك مرا دريافت كني‘ اگر تسليم نشوي كمك مرا دريافت كني،_ ولي بايد در اين مورد روشن باشي. اگر راه تسليم را انتخاب كرده باشي، بايد مرا تماماً دنبال كني.

اگر انتخاب كرده اي كه تسليم نشوي، آنوقت تصميم بگير. من مي توانم در طريق تو يك دوست باشم. نيازي نيست كه از من يك مرشد بسازي. من مي توانم فقط يك دوست باشم، يا حتي نه يك دوست.

تو در جست و جو هستي و كسي را كه كاملاً ناشناس و غريبه است ملاقات مي كني و از او مي پرسي : "رودخانه كجاست؟ و كدام راه به رودخانه مي رسد؟" و وقتي كه او حرفش را زد، از او تشكر مي كني و به راهت ادامه مي دهي. من مي توانم فقط يك غريبه باشم. نيازي نيست كه حتي يك دوست باشم، زيرا تو با يك دوست نيز درگير مي شوي. مي تواني كمك مرا دريافت كني،كمك من بي قيدوشرط است.

من نمي گويم كه اين كار را بكن و من آنوقت به تو كمك خواهم كرد. نمي گويم " تسليم شو ، فقط در آنصورت به تو كمك مي كنم." ولي اين مقدار را مي توانم بگويم: "هركاري خواستي بكن، ولي با تماميت باش.

اگر تماميت داشته باشي، تحول نزديك تر است. اگر دو دل باشي، تقريباً غيرممكن است.

# اين بشر هم ريش ندارد!

*پرسش دوم*

*اشو جان، وقتي واكوان تصويري از بودي دارماي ريشو را ديد، شكايت كرد:*

*"چرا اين بشر ريش ندارد؟" اشو جان: چرا شما ريش نداريد؟*

سنت *ذن* واقعاً زيباست.

*بودي دارما* Bodhidharma ريش داشت و مريد پرسيد: "چرا اين بشر ريش ندارد؟"

اين پرسشي زيباست، ولي فقط يك مريد *ذن* مي تواند آن را مطرح كند ، زيرا ريش به بدن مربوط است، نه به *بودي دارما* . آن بشر بي ريش است، زيرا بدن فقط يك منزلگاه است. اين پرسش در ظاهرمسخره به نظر مي آيد، ولي پرمعني است. و اينگونه پرسش ها بارها مطرح شده اند.

*بودا* پيوسته حرف مي زد ، صبح ، ظهر، عصر، در اين روستا، در آن روستا.

او چهل سال تمام پيوسته در سفر بود و حرف مي زد. و يك روز *ساري پوتا* Sariputta پرسيد: "چرا ساكت مانده ايد؟ چرا با ما سخن نمي گوييد؟" كاملاً مسخره و *بودا* خنديد و گفت: "حق با توست."

و اين مرد حرف مي زد ، هيچكس مانند *بودا* زياد سخن نگفته است. ولي حق با *ساري پوتا* بود. زيرا اين حرف زدن ها فقط در سطح روي مي داد و *بودا* ساكت مانده بود.

يك راهب ذن، *رينزايي* Rinzai، عادت داشت بگويد: "اين مرد، *بودا* ، هرگز به دنيا نيامد، هرگز روي اين زمين راه نرفت، هرگز نمرد ، او فقط يك روياست."

و او هرروز صبح به معبد مي رفت و در برابر تنديس *بودا* تعظيم مي كرد!

سپس كسي گفت: "*رينزايي*، تو فقط ديوانه اي! تو هر روز اصرار مي كني كه اين مرد هرگز به دنيا نيامده و هرگز روي زمين راه نرفته و هرگز نمرده است. و بااين حال بازهم به معبد مي روي و به او تعظيم مي كني." *رينزايي* گفت: "چون اين مرد هرگز به دنيا نيامد و هرگز روي اين زمين راه نرفت و هرگز نمرد، براي همين مي روم و تعظيم مي كنم."

سوال كننده مقاومت كرد و گفت :" من سردر نمي آورم. يا تو ديوانه هستي و يا من ديوانه ام. ولي من سردرنمي آورم. منظورت چيست؟"

و *رينزايي* گفت :"تولد اين مرد ، براي او فقط يك رويا بود. راه رفتن او روي اين زمين برايش فقط يك رويا بود. براي او مرگ چيزي واقعي نبود ، فقط پايان يك روياي طولاني بود. و اين مرد، مركز وجودش وراي زندگي ماند، وراي مرگ ماند."

چنين گفته شده كه *بودا* هميشه در آسمان هفتم باقي مانده است. هرگز از آنجا بيرون نيامده است. فقط بازتاب او در اينجا بوده. و اين درست است! اين براي *تو* نيز صدق مي كند. تو هرگز فرود نيامده اي ، _ فقط بازتاب تو فرود آمده است. ولي تو چنان با آن بازتاب هويت گرفته اي كه فراموش كرده اي.

تو فكر مي كني كه فرود آمده اي. *نمي تواني* فرود بيايي ، هيچ راهي نيست كه از بودش خودت فرود بيايي.

ولي مي تواني به رودخانه اي نگاه كني و تصوير خودت را ببيني. و مي تواني چنان با آن بازتاب هويت بگيري كه مي تواني *فكر كني* در زير آب قرار داري. و مي تواني به اين سبب رنج ببري، مي تواني احساس خفگي كني و مي تواني احساس كني كه خواهي مرد. و تو هميشه در ساحل ايستاده اي، هرگز به آب فرو نرفته اي ، نمي تواني چنين كني!

پس من به شما مي گويم: نه فقط *بودا* ، هيچكس از آسمان هفتم فرود نيامده است، هرگز.

ولي مردم با بازتاب هاي خودشان هويت مي گيرند.

اين چيزي است كه هندوها به آن دنياي *مايا* maya مي گويند ، دنياي بازتاب ها.

ما در *براهما* باقي مي مانيم ، ما در آن حقيقت غايي باقي مي مانيم.

هيچكس هرگز از آن فرود نمي آيد. ولي مي توانيم با بازتاب ها، با روياها هويت بگيريم.

پس حق با تو است كه از من سوال مي كني. اين بشر نيز بي ريش است!

اگر به بدن من نگاه كني، به من نگاه نمي كني. اگر به من نگاه كني، آنوقت خواهي فهميد.

ريش نمي تواند به خودي خودش برويد. ريش فقط مي تواند روي بدن برويد.

و اين ريش واقعاً بسيار نمادين است: روح زنده است، بدن نيمه مرده و نيمه زنده است.

موي تو بخشي بي جان از بدنت است. براي همين است كه مي تواني آن را بچيني و احساس درد نكني. وقتي انگشتت را مي بري احساس درد مي كني. موي تو بخشي از بدنت است، ولي اگر آن را ببري، احساس درد نخواهي كرد. بخشي بي جان از بدنت است.

بنابراين گاهي اتفاق مي افتد كه در گورستان....اگر به گورستان *محمديان* بروي و بدني را از زير خاك بيرون بياوري، آن مرد شايد بدون ريش مرده باشد، ولي اينك ريش درآورده است. ريش حتي روي بدن مرده نيز مي تواند رشد كند ، زيرا ريش مرده است، فقط سلول هاي

بي جان است. ريش داشتن خوب است زيرا آنوقت مي تواني جلوي آينه بايستي و مي تواني هرسه لايه را ببيني: كاملاً مرده، نيمي- زنده / نيمي-مرده و مطلقاً زنده.

ريش مادي است، ماده. بدن تلاقي ماده و روح است. آن تلاقي هميشه دشوار است، ولي بدن فقط مكان ملاقات ماده و روح است. هروقت ملاقات گسسته شود، تعادل ازبين مي رود، مي ميري ،ماده دوباره در ماده جذب مي شود و روح باردیگر در روح جذب مي شود.

اين بشر fellow نيز بي ريش است.

تمام پرسش اين است : "چرا *بودي دارما* ماده نيست؟"

و پاسخ اين است: "زيرا روح نمي تواند ماده باشد."

ولي مريدان *ذن* روشي خاص براي پرسيدن دارند. در هيچ كجاي ديگر چنين سوالاتي پرسيده نمي شود.

نمي تواني از يك پاپ مسيحي بپرسي: "چرا اين بشر، *مسيح* ريش ندارد؟" خود همين سوال به نظر كفرآميز مي آيد. نمي تواني با *مسيح* اينقدر صميمي باشي. نمي تواني او را "اين بشر" يا "اين رفيق" بخواني. اين به نظر قداست آميز نمي آيد، رفتار تو به نظر توهين آميز مي آيد.

ولي در *ذن* چنين نيست. *ذن* مي گويد: اگر عاشق مرشدانت هستي، مي تواني به آنان بخندي، اگر دوستشان داري، ترسي نمي تواند وجود داشته باشد، حتي ترس از يك مرد مقدس. اگر دوستشان داري، ترس ازبين مي رود.

بنابراين وقتي كه الهي دانان مسيحي براي نخستين بار از سنت *ذن* آگاه شدند، نمي توانستند باور كنند كه همچون مذهبي هم مي تواند وجود داشته باشد، زيرا راهبان بودايي به *بودا* مي خندند. گاهي چنان كلماتي به كار مي برند كه نمي تواني باور كني!

مي توانند بگويند: "اين بشر احمق" ، براي *بودا* !

واگر از آنان بپرسي، خواهند گفت: "آري، او احمق بود، زيرا سعي داشت چيزي را بگويد كه نمي تواند گفته شود. و او سعي داشت ما را متحول كند كه كاري غيرممكن است. او بشري احمق بود ، او سعي داشت كاري ناممكن را انجام دهد!"

مرشدان *ذن* از كلمات و عباراتي استفاده مي كنند كه هيچ مذهب ديگري نمي تواند چنين كند. و به همين دليل است كه من مي گويم هيچ مذهب همچون *ذن* مذهبي نيست، زيرا اگر واقعاً عاشق باشي، ترس كجاست؟

مي تواني شوخي كني، مي تواني بخندي و مرد روشن ضميري چون *بودا* با تو خواهد خنديد ، مشكلي نيست. او احساس رنجش نخواهد كرد. اگر او برنجد، ابداً به اشراق نرسيده است. و او نخواهد گفت كه "اين عبارات كفرآميز را به كار نبر." زيرا براي *بودا* تمام زبان كفرآميز است، فقط سكوت مقدس است. بنابراين چه او را احمق بخواني و چه بيدار، براي او هردو يكسان است. زبان در اين وضعيت، كفرآميز است. فقط سكوت مقدس است. بنابراين هرچه بگويي يكسان است.

اين مريد، *واكوان* Wakuan مي پرسد: "چرا اين بشر، *بودي دارما* ريش ندارد؟"

*بودي دارما* نخستين مرشد *ذن* است. *بودي دارما* اين رودخانه ي هميشه-جاري و هميشه- تازه شونده ي *ذن* را آفريد. *بودي دارما* هزار و چهارسال پيش به چين رفت. وقتي وارد چين شد، يك لنگه كفش خودش را روي سرش گذاشته بود. يك لنگه را درپا داشت و لنگه ي ديگر را روي سرش گذاشته بود.

امپراطور براي خوشامدگويي و استقبال او آمده بود و خجالت زده شد: "اين چه آدابي است كه اين مرد دارد؟" و او مدت ها انتظار آمدن *بودي دارما* را داشت و فكر مي كرد:

"يك مرد بسيار مقدس، يك قديس بلندمرتبه خواهد آمد" ، و اين مرد همچون يك دلقك رفتار مي كند!

امپراطور ناراحت و بي قرار شد و در اولين فرصت از *بودي دارما* پرسيد:

"چه مي كني؟ مردم دارند مي خندند و به من نيز مي خندند، زيرا براي استقبال از تو آمده ام. و اين رفتاري كه تو مي كني، درست نيست. بايد همچون يك مرد مقدس رفتار كني!"

*بودي دارما* گفت: "فقط آنان كه قديس نيستند، همچون قديسان رفتار مي كنند. من يك قديس هستم! فقط آنان كه قديس *نيستند*، همچون قديسان رفتار مي كنند."

و اين درست است، زيرا تو فقط وقتي در مورد رفتار خودت دقت مي كني كه خودانگيخته نباشد.

امپراطور گفت: " من نمي توانم بفهمم، با گذاشتن اين يك لنگه كفش روي سرت، مانند يك مسخره شده اي."

*بودي دارما* گفت : "آري، زيرا آنچه بتواند ديده شود، مسخرگي است. فقط ناديدني....

تو كه اينجا همچون يك امپراطور ايستاده اي، با اين ردا و تاج و تشريفات، يك لودگي است. و فقط براي گفتن اين نكته به تو است كه من يك لنگه كفشم را روي سرم گذاشته ام.

تمام اين چيزها نمايش و لودگي است. آن چيز واقعي در پيرامون نيست. *به من نگاه كن!* به بدنم نگاه نكن."

و اين بسيار نمادين است. او گفت، "من اين كفش را روي سرم گذاشته ام تا بگويم در اين زندگي هيچ چيز مقدس نيست و هيچ چيز كفرآميز نيست. حتي يك لنگه كفش نيز همچون سر تو مقدس است. من اين را همچون يك نماد حمل مي كنم."

چنين گفته شده كه امپراطور تحت تاثير قرار گرفت و گفت، "اين خيلي زياد است. من فقط يك چيز از تو مي پرسم و آن اين است كه چگونه ذهنم را آرام كنم. من خيلي ناراحت، بيقرار و بي صبر هستم."

*بودي دارما* گفت: "فردا صبح ساعت چهار بيا و ذهنت را هم با خودت بياور. آن را راحت خواهم كرد."

امپراطور نتوانست بفهمد. شروع كرد به فكركردن: "اين مرد چه مي گويد؟ ، ذهنت را با خودت بياور!"

وقتي كه از پلكان معبدي كه *بودي دارما* در آنجا اقامت داشت پايين مي رفت، *بودي دارما* بارديگر گفت: "يادت باشد، تنها نيا، وگرنه من چه را بايد راحت كنم؟ ذهنت را با خودت بياور. ساعت چهار صبح بيا ، و تنها، بدون نگهبان و هيچ كس ديگر."

امپراطور تمام آن شب را نتوانست بخوابد. فكر مي كرد: "اين مرد به نظر قدري ديوانه مي آيد. اين اصرار او براي چيست كه ذهنت را با خودت بياور؟"

گاهي فكر مي كرد: "بهتر است كه نروم، زيرا كسي چه مي داند؟ تنها كه باشم شايد اين مرد مرا كتك بزند يا اذيت كند. و اين مرد قابل پيش بيني نيست."

ولي عاقبت تصميم گرفت برود، زيرا آن مرد واقعاً جاذبه داشت. چيزي در چشمانش داشت ، آتشي كه ازاين دنيا نبود. چيزي در دم breath او بود ، سكوتي كه از ماورا مي آمد.

پس امپراطور همچون كسي كه تحت هيپنوتيزم باشد آمد و نخستين چيزي كه *بودي دارما* پرسيد اين بود: "خوب پس آمدي ! ذهنت كو؟" و او با يك عصاي بزرگ در دستش نشسته بود.

امپراطور گفت: "ولي وقتي كه من آمدم، ذهنم نيز با من آمده. در درونم است ، چيزي نيست كه بتوانم حملش كنم."

پس *بودي دارما* گفت: " خوب، پس فكر مي كني كه ذهن در درونت است. پس حالا بنشين و چشمانت را ببند و سعي كن پيدا كني كه در كجايت قرار دارد. تو فقط به من نشانش بده و من درستش خواهم كرد.

اين عصا براي همين اينجاست! من ذهنت را ساكت خواهم كرد. نگران نباش."

امپراطور چشمانش را بست و سعي كرد نگاه كند و *بودي دارما* درست مقابلش نشسته بود. او كوشيد و كوشيد و كوشيد و زمان گذشت و سپس خورشيد طلوع كرد و صورتش مطلقاً ساكت بود. سپس چشمانش را باز كرد و *بودي دارما* را ديد كه در برابرش نشسته و از او پرسيد: "توانستي پيدايش كني؟"

امپراطور شروع به خنديدن كرد و گفت: "تو درستش كردي ، زيرا هرچه بيشتر سعي كردم پيدايش كنم، بيشتر احساس كردم كه وجود ندارد. ذهن فقط يك سايه بود. و ذهن وجود داشت زيرا كه من هرگز به دورن نفوذ نكرده بودم. ذهن فقط غيبت من بود. من در درون حاضر شدم و ذهن ازبين رفت."

اين *بودي دارما* واقعاً موجودي نادر است. مريدانش مي توانستند در موردش شوخي كنند و به او بخندند. او لذت مي برد! يك انسان روشن ضمير يك خنده ي مدام است.

آنطور كه مردم معمولاً فكر مي كنند، او انساني جدي نيست.

هرجا كه جدي بودن را مي بيني، خوب بدان كه اشكالي وجود دارد ، زيرا جدي بودن بخشي از يك وجود بيمار است. هيچ گلي تا بيمار نباشد، جدي نيست. هيچ پرنده اي تا بيمار نباشد، جدي نيست.

هيچ درختي تا اشكالي نداشته باشد، جدي نيست.

هرگاه اشكالي وجود داشته باشد، جدي بودن اتفاق مي افتد.

جدي بودن يك بيماري است. وقتي همه چيز درست باشد، خنده برمي خيزد.

*بودي دارما* پيوسته مي خندد و خنده اش از ته دل است، يك قهقهه كامل است.

مريدانش عادت داشتند پرسش هايي بپرسند كه هيچ كس جز *بودي دارما* نمي توانست به آن ها پاسخ دهد.

و به شما مي گويم:

آن بشر ريش نداشت. و اين بشر نيز ريش ندارد.

# در چه موردي مي خواهي با او صحبت كني؟

***پرسش سوم***

*گوسو گفت: وقتي در راه با يك مرشد ذن برمي خوري،*
*نمي تواني با او حرف بزني و نمي تواني در سكوت با او باشي. چه بايد بكني؟*
*اشو جان، وقتي ما با مرشد مرشدان روي چمن ها برخورد مي كنيم، چه بايد بكنيم؟*

آري، اين درست است. وقتي با يك مرشد *ذن* در راه برخورد مي كني، نمي تواني با او صحبت كني ، زيرا در چه موردي مي خواهي با او صحبت كني؟

دنياهاي شما بسيار متفاوت هستند. زبان هاي شما به دو بعد متفاوت تعلق دارند.

درچه موردي مي خواهي با او صحبت كني؟ چه مي تواني بپرسي؟

يا هيچ پرسش واقعاً ارزش پرسيدن دارد؟ آيا هيچ سوالي واقعاً بامعني هست؟

وقتي با يك مرشد *ذن* برحورد مي كني، درمورد چه موضوعي صحبت خواهي كرد؟ هرآنچه را كه مي تواني در موردش صحبت كني، به اين دنيا تعلق دارد، به اين دنياي پيش پاافتاده، به بازار، به خانه و به خانواده. هرآنچه كه در موردش حرف مي زني، هرآنچه كه هستي، بسيار عبث است. اين درست است.

وقتي كه يك مرشد *ذن* را راه مي بيني... و هميشه يك مرشد *ذن* را در راه مي بيني، زيرا مرشد هميشه در حركت است.

او يك رودخانه است ، هرگز ايستا نيست، هرگز نايستاده است. اگر نتواني با او حركت كني، او را از دست مي دهي. او هميشه روي پاهايش در حال راه رفتن است. هميشه با او در راه برخورد مي كني.

درچه موردي مي تواني با او سخن بگويي؟

و نمي تواني ساكت هم باشي، زيرا ساكت بودن براي تو تقريباً ناممكن است. نمي تواني حرف بزني، زيرا آن مرشد به دنيايي ديگر تعلق دارد. نمي تواني ساكت باشي، زيرا دنيايي كه تو به آن تعلق داري

هرگز ساكت نيست. ذهنت به وراجي ادامه مي دهد. ذهن تو يك جعبه ي وراجي است.

افكار ادامه دارند، باربط و بي ربط و پاياني برايشان نيست، در چرخه حركت مي كنند.

نمي تواني ساكت بماني و نمي تواني حرف بزني. آنوقت چه بايد كرد؟ اگر شروع كني به حرف زدن، مسخره خواهد بود. اگر شروع كني به ساكت بودن، غيرممكن خواهد بود.

بهتر است كه خودت تصميمي نگيري. از مرشد بپرس كه چه بايد بكني.

به او بگو: من نمي توانم حرف بزنم، زيرا ما به دنياهايي متفاوت تعلق داريم.
و هرچه بپرسم بي فايده خواهد بود. و هرچه تو بگويي، من نمي توانم آن را مورد سوال قرار دهم. و سوالات من بي فايده خواهند بود، حتي ارزش پاسخ دادن را ندارند.
و من نمي توانم ساكت باشم، زيرا نمي دانم سكوت چيست.
من هرگز سكوت را نشناخته ام، سكوت هرگز براي من رخ نداده است. من نوعي سكوت را مي شناسم: سكوتي كه در بين دو فكر مي آيد: يك فاصله؛ سكوتي كه بين دو كلام وجود دارد، فقط يك فاصله.
سكوت ما درست مانند آن صلحي است كه بين دو جنگ روي مي دهد. اين واقعاً يك صلح نيست، آمادگي براي جنگي ديگر است. چيزي كه بين دو جنگ را پل زده است چگونه مي تواند يك صلح باشد؟ جنگ فقط به زيرزمين رفته، فقط همين.
يك جنگ سرد است. هرگز صلح نيست. سكوت ما نيز چنين است.
پس به مرشد بگو: من نمي توانم ساكت بمانم و نمي توانم حرف بزنم ، پس به من بگو چه كنم.
هيچ كاري از خودت انجام نده، زيرا هركاري را شروع كني، خطا خواهد بود. صحبت يا سكوت ، هر كاري كه شروع كني، اشتباه خواهد بود. فقط همه چيز را به مرشد واگذار كن و از او بخواه: من چه بايد بكنم؟ اگر بگويد :" حرف بزن،" آنوقت حرف بزن. اگر بگويد: "خاموش باش،" آنوقت سعي كن خاموش باشي. و او مي داند. و او فقط آنچه را درخواست مي كند كه براي تو ممكن باشد.
درنهايت، او از تو غيرممكن را درخواست خواهد كرد، ولي نه در ابتدا.
او در انتها، ناممكن را درخواست خواهد كرد، زيرا در *آنوقت*، آن نيز ممكن خواهد شد.
ولي در ابتدا، او فقط درخواست چيزهاي ممكن را دارد.
رفته رفته، او تو را به سمت آن چاه نهايي هل خواهد داد ، جايي كه غيرممكن روي مي دهد. اگر بگويد حرف بزن، حرف بزن. آنگاه حتي حرف زدنت نيز كمك خواهد كرد.
ولي آنگاه تو واقعاً چيزي نمي پرسي ، حرف زدن همچون يك تخليه كردن catharsis عمل مي كند.
ذهنت را به بيرون مي آوري. ذهنت را خالي مي كني. خودت را باز مي كني.
چيزي نمي پرسي، افشا مي كني. اين افشاشدن كمك مي كند. باري گران از دوشت برداشته مي شود.

و وقتي يك مرشد در نزديكي تو باشد، اگر بتواني واقعاً صريح باشي و هرآنچه را كه فكر مي كني بگويي ، به خودت فكر نكني و خودت را مرتب نكني و حرف هايت را دستكاري نكني و هرچه به ذهنت آمد، بي ربط، ناپيوسته ، هرچه بگويي يك پرت وپلاگويي gibberish خواهد شد.

اگر خودت را مرتب نكني، مانند حرف زدن يك ديوانه خواهد بود. ولي اگر در كنار يك مرشد باشي ، اگر رك باشي و صادق و راست و ذهنت را بيرون بريزي، مرشد از در عقب در تو نفوذ خواهد كرد.

از در جلو، ذهنت بيرون ريخته مي شود و از در عقب، مرشد وارد وجودت مي شود.

پس وقتي در چمن ها نزديك من هستي، صادق و درست باش.

پرسش هاي روشنفكرانه نياور. آن ها بي فايده هستند.

فرافيزيك metaphysics بي فايده ترين چيز در دنياست. پرسش هاي متافيزيكي نپرس. آن ها درست نيستند، به تو تعلق ندارند. شايد در موردشان شنيده باشي، يا خوانده باشي، ولي آن ها بخشي از تو نيستند.

هرچيز بي معني كه در درون داري بيرون بريز، هرچه كه هست. و سعي نكن آن ها را دستكاري كني. سعي نكن آن ها را منطقي كني و واكس بزني. بگذار تا حد ممكن خام باشند، زيرا در برابر يك مرشد، بايد برهنه باشي. نبايد لباس بپوشي و نبايد خودت را پنهان كني. ولي اين برملاكردن است. و اگر بتواني براي برملاشدن حرف بزني، نه همچون يك پرسش ، فقط دلت را بگشايي، نه اينكه چيزي بپرسي ، آنوقت سكوت به دنبال خواهد آمد.

زيرا وقتي كه ذهنت را افشا كردي و از يك مرحله ي تخليه كردن عبور كردي، سكوت برتو وارد خواهد شد. و اين نوعي متفاوت از سكوت است ، نه يك سكوت تحميلي، نه يك سكوت كنترل شده، نه سكوتي كه با تلاش تو به دست آمده باشد. وقتي كه ذهنت را كاملاً برملا كردي و هرآنچه را كه در آن بود بيرون ريختي، سكوتي وارد مي شود، برتو نازل مي شود و تو را فرامي گيرد ،_ سكوتي كه وراي ادراك است، سكوتي كه فراسوي تو قرار دارد، سكوتي كه به آن كل تعلق دارد نه به فرد. آنوقت مي تواني هر دو كار را انجام دهي.

با مرشد ذن در راه، اينك مي تواني حرف هم بزني، و مي تواني ساكت هم باشي.

# خداوند در جست و جوي تو است

## *صبح سيزده*

## *22 مي 1974*

*اشو جان،*

*شما ديروز خيلي روشن به ما گفتيد كه بايد حرف هاي مرشد را جزء به جزء دنبال كنيم.*

*ولي ما نمي توانيم در مورد تمام جزييات با شما مشورت كنيم.*

*وقتي كه ذهن هميشه به دنبال راه آسان مي گردد، چگونه راه درست را انتخاب كنيم؟*

مسئله ي واقعي مشورت كردن با مرشد نيست ، بلكه بيشتر مراقبه گون بودن است ، زيرا بخش جسماني مرشد نكته ي مهم نيست. اگر بيشتر مراقبه گون باشي، مي تواني هرلحظه با مرشد مشورت كني. حضور جسماني لزومي ندارد، فقط به اين جهت الزامي مي شود كه تو مراقبه گون نيستي.

چون *تو* با بدنت هويت گرفته اي، در ذهن تو، مرشد نيز با بدنش هويت گرفته است.

چون تو مي پنداري كه يك بدن هستي، همچنين فكر مي كني كه مرشد نيز يك بدن است.

مرشد يك بدن نيست.

و وقتي كه مي گويم كه مرشد يك بدن نيست، منظورم اين است كه او درقيد زمان و مكان نيست.

مسئله بودن در حضور او نيست. اگر مراقبه گون باشي، هركجا كه باشي، در حضور او هستي.

حتي اگر مرشد مرده باشد، مي تواني با او مشورت كني.

*بودا* حتي همين امروز هم مورد مشورت قرار مي گيرد و پاسخ هايش دريافت مي شوند.

چنين نيست كه *بودا* در جايي نشسته باشد و به تو پاسخ بدهد، بلكه وقتي در مراقبه ي عميق هستي، تو خودت *بودا* هستي. بودا-سرشتي Buddha-nature خودت طلوع مي كند و سرشت بودايي خودت به تو پاسخ مي دهد و اينك *بودا* به هيچ كجا مقيد نيست.

اين به آن معني است كه *بودا* براي كسي كه كور است در هيچ كجا نيست، ولي براي كسي كه مي تواند ببيند، اينك در همه جا هست. هركجا كه باشي مي تواني در تماس هميشگي با مرشد باشي.

راه اين نيست كه نزد مرشد بروي، راه اين است كه به درون بروي. هرچه عميق تر به درونت وارد شوي، ژرف تر به مرشد رسوخ كرده اي.

پاسخ ها خواهند آمد. و درخواهي يافت و احساس خواهي كرد كه آن پاسخ ها توسط ذهنت داده نشده اند. كيفيت آن ها كاملاً متفاوت خواهند بود.

كيفيت پاسخ ها چنان مطلقاً تغيير مي كند كه جاي هيچ ترديد باقي نمي ماند.

وقتي كه ذهنت پاسخ مي دهد، تو احساس مي كني كه *خودت* پاسخ مي دهي.

وقتي كه ذهن وجود نداشته باشد، فقط مراقبه گون هستي و پاسخ طوري مي آيد كه گويي از ديگري است، نه از خودت. تو آن را مي شنوي.

راز *قرآن* در اين است. محمد فكر كرد كه آن را شنيده است ، و حق با او بود. و *محمديان* در اشتباه هستند كه فكر مي كنند خداوند سخن مي گفت.

محمد حق دارد وقتي كه فكر مي كند او *قرآن* را شنيده است و *محمديان* در اشتباه هستند وقتي فكر مي كنند كه خداوند مشغول سخن گفتن بود. كسي سخن نمي گفت.

ولي وقتي ذهنت ساكت است، پاسخ ها از خود ژرفاي وجودت برمي خيزند. و اين چنان عميق است، چنان وراي اين ذهن تو است كه تو احساس مي كني آن را شنيده اي. برتو وارد شده است. برتو هويدا گشته است.

تو هميشه با سطح هويت گرفته اي، و پاسخ از ژرفا مي آيد. تو ژرفاي خودت را نمي شناسي ، براي همين است كه فكر مي كني خداوند پاسخ مي دهد، يا مرشد پاسخ مي دهد.

به نوعي حق با تو است ، زيرا وقتي كه پاسخ از ژرفا بيايد، از مرشد است.

هندوها هميشه گفته اند كه مرشد واقعي در درون تو است. و مرشد بيروني فقط سعي دارد تا آن مرشد دروني را بيرون بياورد، آن مرشد دروني را فعال سازد. و هرگاه آن مرشد دروني تو شروع به كار كند، كار مرشد بيروني خاتمه يافته است.

مرشد بيروني فقط نماينده ي مرشد دروني است.

من ژرفاي شمايم. زماني كه ژرفاي شما شروع كرد به عمل كردن، نيازي به من نيست.

زماني كه احساس كنم ژرفاي شما شروع به پاسخ دادن كرده است، ديگر به شما پاسخي نخواهم داد. تمام پاسخ هاي من واقعاً ربطي به پرسش هاي شما ندارند. تمام پاسخ هاي من متوجه اين هستند كه آن واكنش را در شما ايجاد كند تا ژرفاي درون شما شروع كند به سخن گفتن با شما، تا خود آگاهي شما مرشدتان گردد.

بيشتر مراقبه گون باش. بيشتر ساكت باش. بگذار سكون بيشتر و بيشتري در تو رسوخ كند.

چه بايد كرد؟ چگونه بيشتر مراقبه گون باشيم؟

به نوعي، هيچ كاري مستقيماً نمي توان كرد، زيرا هركاري مستقيماً انجام دهي، ذهن وارد مي شود. اگر سعي كني ساكت باشي، نمي تواني، زيرا اين ذهن است كه تلاش مي كند.

و هركجا كه ذهن باشد، اختلال و اغتشاش است. ذهن يك اخلال گر است. ذهن سروصداست.

پس اگر بكوشي كه ساكت باشي، اين ذهن است كه مي كوشد ساكت باشد.

سروصداي بيشتري توليد خواهي كرد ، حالا اين سروصداست كه به سكوت علاقه پيدا كرده. اينك تو سعي مي كني و فكر مي كني و چنين و چنان مي كني و بيشتر و بيشتر بيقرار مي گردي. در مورد سكوت هيچ كاري نمي توان كرد، سكوت پيشاپيش وجود دارد. فقط بايد به آن اجازه بدهي. درست مانند نورخورشيد است: پنجره هاي تو بسته هستند ، نمي تواني نور را با سطل و با بقچه وارد خانه كني. نمي تواني چنين كني! اگر اينگونه سعي كني، احمق خواهي بود ، و بسياري چنين مي كنند! فقط پنجره ها را باز كن، درها را بگشا. بگذار نسيم بوزد. بگذار اشعه هاي آفتاب وارد شوند.

دعوت كن و صبر كن.

نمي تواني فشار بياوري. هرگاه تحميل كني، چيزها زشت مي شوند. اگر انساني به خودش تحميل كند كه ساكت باشد، سكوت او زشت خواهد بود، همراه با شكنجه خواهد بود، مصنوعي و سطحي خواهد بود. در اعماق اغتشاش خواهد بود.

پس چه بايد كرد؟

ذهنت را باز كن و منتظر بمان. به درختان نگاه كن، به طوطي ها نگاه كن كه جيغ مي كشند. به آن ها گوش بده ، هيچ كاري نكن. هر اتفاقي كه در اطرافت رخ مي دهد، فقط يك هشياري منفعل باش. نوري كه روي آب افتاده، رودخانه اي كه جاري است، سروصدا، كودكاني كه بازي مي كنند، مي خندند ... فقط آنجا باش، يك حضور منفعل، باز، در حال شنيدن و ديدن، و نه فكركردن.

پرندگان در درختان هستند و غوغا مي كنند و آواز مي خوانند... فقط گوش بده. فكر نكن.

در ذهنت از آنچه كه روي مي دهد يك سري دوم ايجاد نكن ، _ فقط بگذار اتفاق بيفتد.

و دير يا زود احساس خواهي كرد كه ذهن ازبين رفته و سكوتي بر تو نازل گشته است. نازل شدن آن را درواقع احساس خواهي كرد كه از هر منفذ بدنت نفوذ مي كند و عميق و عميق تر مي گردد.

در ابتدا فقط براي لحظاتي خواهد بود، زيرا تو بسيار به فكركردن عادت كرده اي و به تفكر معتاد گشته اي ، مانند انساني كه به الكل يا مواد مخدر معتاد شده است.

آن لحظات فقط براي لحظات كوتاهي خواهند بود و تو بارديگر شروع مي كني به فكر كردن. شايد در مورد اين سكوتي كه برتو نازل گشته شروع كني به فكركردن!

شايد فكر كني: "آه، اين همان سكوتي است كه مرشدان در موردش سخن گفته اند!"

و تو اينگونه آن را ازبين برده اي. شايد فكر كني: " اين همان سكوتي است كه *اپانيشادها* به عنوان مقصد از آن ياد كرده اند، اين همان سكوتي است كه شاعران در موردش سروده اند، سكوتي كه وراي ادراك است..." اينگونه آن را از كف داده اي.

شاعران واردش شده اند، مرشدان واردش شده اند، *اپانيشادها* به آن رسيده اند... و تو آن را ازدست داده اي، آن را گم كرده اي! اينك بارديگر مختل شده اي. اينك ديگر منفعل نيستي، اينك ديگر هشيار نيستي. اينك ديگر آن پرندگان آوازخوان براي تو آنجا وجود ندارند. ذهنت وارد شده است. اينك آن درختان زيبا ازبين رفته اند. خورشيد ديگر در آسمان نيست و ابرها ديگر شناور نيستند.

اينك ديگر باز نيستي ،_ بسته اي. پنجره هايت بسته اند، درهايت بسته اند.

فكر، تفكركردن راهي براي بستن ذهن است. بي فكري، فكر كردن راهي براي گشودن ذهن است. وقتي كه فكر نمي كني، باز هستي، هرگاه فكر مي كني، ديواري برپا شده است.

هر فكر يك آجر مي شود و تمام روند تفكر يك ديوار مي شود.

آنگاه پشت آن ديوار پنهان شده اي و گريه و زاري مي كني كه چرا نور خورشيد به تو نرسيده است؟! اين خورشيد نيست، اين تو هستي كه در اطراف خودت ديوار آفريده اي.

بيشتر مراقبه گون باش.هرگاه فرصتي پيدا مي كني، در هر مكان و در هرزمان، فقط بگذار چيزها در اطرافت اتفاق بيفتند. عميقاً نگاه كن، با توجه، ولي فعال نباش ، زيرا فعاليت يعني فكركردن.

با ساكت نشستن و اجازه دادن به اتفاقات كه روي بدهند، ساكت خواهي شد.

و آنوقت درخواهي يافت كه سكوت كيفيتي از ذهن نيست. ذهن را نمي توان ساكت كرد.

سكوت كيفيتي از روح دورن تو است، از وجود دروني تو.

سكوت هميشه وجود دارد، ولي به سبب آن وراجي، آن ذهن پيوسته وراج، نمي تواني آن را بشنوي.

وقتي كه منفعل باشي، فكر نكني، از آن آگاه خواهي شد. آنوقت مشغول نيستي.

در آن لحظه ي بي مشغوليتي، مراقبه روي مي دهد.

پس موقعيت هرچه باشد ، وقتي در بازار هستي ، فكر نكن كه آواز پرندگان يك بايد است! نيست.

زيرا همهمه ي بازار نيز همچون همهمه ي پرندگان زيباست: مردمي كه پي كارهاي خود مي روند، حرف مي زنند، پرگويي مي كنند، سروصداي زياد در اطراف... تو فقط آنجا نبشين، منفعل.

اين واژه را به ياد بسپار: منفعل passive، و واژه ي ديگر: هشيار alert .

هشياري منفعل passive alertness كليد است.

منفعل بمان ، هيچ كاري نكن، فقط گوش بده. و گوش دادن يك كار نيست. وقتي به چيزي گوش مي دهي، هيچ كاري نداري كه انجام دهي ، گوش هايت هميشه باز هستند. براي ديدن بايد چشم هايت باز باشند ، دست كم اين مقدار بايد انجام شود. براي شنيدن همين مقدار نيز نبايد انجام شود.

گوش ها هميشه باز هستند ، تو هميشه مشغول شنيدن هستي. فقط هيچ كاري نكن و گوش بده.

و تفسير نكن، زيرا با تفسير، افكار شروع مي شوند.

كودكي گريه مي كند. هيچ چيزي در درون نگو كه: "چرا گريه مي كند؟"

دو نفر با هم نزاع مي كنند. در درونت نگو :"چرا مي جنگند؟ آيا بروم و كاري كنم كه نجنگند؟"

نه، هيچ چيزي نگو. فقط به آنچه كه رخ مي دهد گوش بده.

فقط با آنچه كه روي مي دهد باش ، و ناگهان سكوت وجود خواهد داشت.

اين سكوت با سكوتي كه تو بتواني ايجاد كني كاملاً متفاوت است. مي تواني سكوت ايجاد كني ، مي تواني در خانه بنشيني و درها را ببندي، تسبيحي در دست بگيري و آن را بچرخاني! سكوتي بر تو وارد مي شود، ولي آن سكوت واقعي نخواهد بود. درست مانند كودكي كه بازيچه اي به او داده شده است. آنوقت او سرگرم بازي با آن مي شود و ديگر شيطاني نخواهد كرد! بنابراين والدين از اسباب بازي به عنوان حقه اي استفاده مي كنند تا بچه كمتر شيطاني كند. او در گوشه اي مي نشيند و به بازي ادامه مي دهد و والدين مي توانند به كارهايشان برسند.

ولي آن كودك به وراي شيطاني كردن نرفته است ، شيطاني هايش متوجه اسباب بازي شده، فقط همين.

شيطاني هاي او وجود دارند، كودك وجود دارد. دير يا زود از آن بازيچه خسته مي شود.

حوصله اش كه سر برود آن را به گوشه اي پرتاب مي كند و شيطاني را از سر مي گيرد.

تسبيح، بازيچه ي پيرمردان است. درست همانطور كه به كودكان اسباب بازي مي دهند، به پيرمردان تسبيح مي دهند ، تا كه شيطاني نكنند. در گوشه اي مي نشينند و تسبيحشان را مي گردانند. ولي آنان نيز به ستوه مي آيند. آنان سرگرم مي شوند، ولي خسته هم مي شوند ، آنوقت تسبيح ها را عوض مي كنند!

آنوقت نزد مرشدي ديگر مي روند و ذكري ديگر درخواست مي كنند، زيرا آن ذكر قديم ديگر كار نمي كند. مي گويند كه در اوايل كار مي كرد!

مردم زيادي نزد من مي آيند و مي گويند: " ما ذكري را تكرار مي كرده ايم. در ابتدا كمك مي كرد، ولي ديگر كمكي نمي كند. حالا ما ديگر هيچ چيز احساس نمي كنيم. يك كار كسل كننده شده است. ما آن را همچون يك وظيفه انجام مي دهيم، ولي آن عشق ازبين رفته است. اگر انجامش ندهيم، احساس مي كنيم كه چيزي كسر است؛ اگر انجامش بدهيم، هيچ چيز از آن حاصل نمي شود."

اعتياد يعني همين: اگر انجامش دهي، چيزي حاصل نمي شود، اگر انجامش ندهي، احساس مي كني كه چيزي كسر است.

اين احساسي است كه يك سيگاري دارد. اگر سيگار بكشد، مي داند كه نتيجه اي ندارد.

او كاري ابلهانه مي كند، فقط يك عمل احمقانه ، دود را به درون بردن و بيرون فرستادن! ولي اين نيز فقط يك تسبيح است. دود را به درون مي فرستي و سپس بيرون مي فرستي: دم، بازدم، دم، بازدم.... يك تسبيح مي شود، به گرداندن مهره ها ادامه مي دهي. هان؟! مي تواني از آن يك ذكر بسازي!

وقتي دود را به درون مي دهي، بگو:"*رام*" وقتي بازدم انجام مي دهي، بگو"*رام*". يك تسبيح مي شود! هرچيزي را كه بتواني پيوسته تكرار كني يك ذكر مي شود. *مانترا* mantra يعني تكرار يك كلام خاص، يك صدا يا هرچيز ديگر. *مانترا* به سرگرم شدن ذهن كمك مي كند ، يك اسباب بازي است. براي لحظاتي احساس خوبي داري، زيرا شيطنت متوقف مي شود و تو سرگرم هستي و ذهن نمي تواند عمل كند.

اين يك سكوت تحميلي است. اين بيمارگونه است، خوب نيست. منفي است، مثبت نيست.

اين سكوت مانند سكوتي است كه در قبرستان روي مي دهد ، سكوت مرگ.

ولي سكوتي كه من از آن سخن مي گويم، كاملاً و از نظر كيفي متفاوت است. سكوتي نيست كه انحراف شيطنت باشد، يك سرگرمي تحميلي نيست، يك هيپنوتيزم ذكر گونه نيست.

اين سكوتي است كه وقتي منفعل و هشيار هستي برايت رخ مي دهد وقتي كه هيچ كاري نمي كني، حتي تسبيح هم نمي گرداني ، كاملاً منفعل هستي، ولي هشيار.

به ياد بسپار، زيرا انفعال مي تواند به خواب تبديل شود.

براي همين است كه من روي واژه ي :هشياربودن" تاكيد دارم. زيرا مي تواني منفعل باشي و به خواب بروي. خوابيدن مراقبه نيست.

مراقبه يك كيفيت خواب را در خود دارد: كيفيت منفعل بودن را. و يك كيفيت ديگر را نيز دارد: كيفيت بيدار بودن و هشيار بودن.

چنان آسوده باش كه گويي در خواب هستي و چنان هشيار باش كه گويي بيدار هستي.

آن ناهشياري خواب در مراقبه وجود ندارد، زيرا مراقبه نمي تواند ناآگاهانه باشد. و يك چيز از حالت بيداري در آن نيست و آن "مشغول بودن" است. زيرا اگر مشغول باشي، آنوقت ذهن مشغول كار است و در افكار گرفتار هستي.

در هنگام بيداري دو چيز وجود دارد: هشياري و مشغوليت. وقتي كه در خواب هستي نيز دو چيز وجود دارد: انفعال و ناهشياري.

يك چيز از بيداري و يك چيز از خواب: هشياري و انفعال، اين دو مراقبه را مي سازند.

و اگر آن دو چيز باقي مانده را بياوري: مشغوليت و ناهشياري، ديوانه خواهي شد.

آن دو ماده ي تشكيل دهنده: مشغوليت و ناهشياري، ديوانگي را مي سازند، انسان را ديوانه مي كنند.

انفعال و هشياري، انسان مراقبه گون را مي سازند، يك *بودا* را.

تو تمام آن چهار كيفيت را داري. دو تا را باهم تركيب كن و ديوانه خواهي شد.

دو ديگر را باهم تركيب كن و مراقبه گون شو.

واين را به ياد داشته باش: من بارها و بارها مي گويم كه آن سكوت، آن سرور كه وقتي باز هستي تو را فرا ميگيرد، چيزي نيست كه توسط تو انجام شود.

يك رهاشدگي است. واقعه اي است كه برايت روي مي دهد. خودش نزد تو مي آيد.

مردم نزد من مي آيند و مي گويند: "ما درجست وجوي خداوند هستيم ،چگونه به او برسيم؟" و من به آنان مي گويم: "شما نمي توانيد به او برسيد و نمي توانيد در جست وجوي او باشيد ، زيرا او را نمي شناسيد." چگونه تشخيص مي دهي كه او خداوند است؟ تو او را نمي شناسي، چگونه حركت مي كني؟

چگونه راه را انتخاب مي كني؟ تو كه او را نمي شناسي. چگونه تعيين مي كني كه خانه اش اينجاست و يا در آنجا منزل دارد؟ نه، تو نمي تواني ، نمي تواني در جست وجوي الوهيت باشي. ولي نيازي نيست! زيرا الوهيت هميشه نزديك تو است، در درونت است. هروقت كه به او اجازه بدهي، او تو را مي جويد، او به تو مي رسد.

خداوند در جست و جوي تو است. خداوند هميشه در جست و جوي تو بوده است.

نيازي به جستن از سوي تو نيست. بجو و او را از دست خواهي داد. جست و جو نكن!

فقط منفعل و هشيار بمان تا هروقت كه نزدت آمد، باز باشي.

بارها نزد تو مي آيد و در مي زند، ولي تو سخت خفته اي ، يا حتي اگر صداي درزدنش را بشنوي، آن را به روش خودت تفسير مي كني. فكر مي كني: " اين فقط صداي باد است كه سريع و قوي مي گذرد."

يا فكر مي كني: "غريبه اي در زده است و خودش خواهد رفت؛ نيازي نيست كه خوابم را آشفته كنم." تفسيرهاي تو دشمنان تو هستند و شما تفسيرگران بزرگي هستيد. هرچه كه باشد، بي درنگ تفسيرش مي كنيد، ذهنتان شروع به عمل مي كند و آن را تجزيه مي كنيد. و بي درنگ آن را تغير مي دهيد.

به آن رنگ مي زنيد، به آن معنايي مي دهيد كه هرگز وجود نداشته. خودتان را در آن فرافكن مي كنيد. آن را نابود مي كنيد.

واقعيت نيازي به هيچ تفسير ندارد. حقيقت نيازي ندارد كه در موردش فكر كني. هيچكس هرگز از طريق فكركردن به حقيقت نرسيده است. براي همين است كه تمام فلسفه ها كاذب هستند. بايد هم كاذب باشند ،_هيچ فلسفه اي نمي تواند راستين باشد. و آن ها باهم مي جنگند، فيلسوفان به مبارزه ادامه مي دهند كه اثبات كنند فلسفه ي *آنان* است كه درست است!

هيچ فلسفه اي نمي تواند درست باشد ، حقيقت نيازي به فلسفه ندارد. فلسفه يعني فكركردن در مورد حقيقت، منطقي ساختن و تفسير واقعيت.

دين مي گويد: آنچه را كه هست، اجازه بده اتفاق بيفتد.

تنها كاري كه مي تواني بكني اين است كه لطفاً مداخله نكن. فقط بگذار روي بدهد.

هشيار و منفعل باقي بمان و آنوقت نيازي نيست كه نزد من بيايي ، من نزد تو خواهم آمد. من بارها پيشاپيش نزد تو آمده ام، هروقت كه ساكت بوده اي.

بنابراين، اين يك نظريه نيست: بسياري از شما حتي اين را با تجربه شناخته ايد، ولي همچنين آن را تفسير هم مي كنيد.

مردم نزد من مي آيند و مي گويند: "امروز، وقتي مراقبه مي كردم، ناگهان شما را احساس كردم، ولي فكر كردم كه اين بايد فرافكني ذهنم باشد."

يااينكه مي گويند: "ديشب ناگهان حضوري را احساس كردم. هشيار شدم. و سپس فكركردم كه بايد شخصي باشد كه عبور كرده و شايد باد بوده كه گذر كرده و كاغذ ها را جابه جا كرده و شايد گربه اي بوده كه گذر كرده است."

بنابراين هرچه را كه مي گويم، بسياري از شما قبلاً احساس كرده ايد ،_ براي همين است كه مي گويم، وگرنه نمي گفتم.

تفسير نكن. وقتي حضوري را احساس مي كني، بگذار اتفاق بيفتد. اگر اجازه بدهي كه روي دهد، من بيشتر و بيشتر حضور خواهم داشت. امكان دارد كه من آنجا باشم، درست همانطور واقعي كه اينجا هستم، گاهي شايد بيشتر ، زيرا بستگي به تو دارد كه چه مقدار به واقعيت اجازه بدهي تا اتفاق بيفتد.

و پرسش هاي تو پاسخ داده مي شوند. بيشتر مراقبه گون باش و آنوقت به من نزديك تر خواهي بود.

وقتي كه كاملاً مراقبه گون باشي، تو من هستي. آنوقت تفاوتي وجود نخواهد داشت.

يك نكته ي ديگر: هرچه بيشتر مراقبه كني، چيزهاي كمتري براي پرسيدن وجود خواهند داشت.

پرسيدن ازبين مي رود! زيرا پرسش ها به حالت غيرمراقبه گون ذهن تعلق دارند.

پرسش ها در حالت غيرمراقبه گون ذهن بيشتر و بيشتر برمي خيزند.

يك پرسش پاسخ داده مي شود، از آن پاسخ ده پرسش ديگر برمي خيزند.

ذهن يك نيروي عظيم توليد پرسش است. به خلق سوال ادامه مي دهد. پاسخي مي دهي و ذهن روي آن مي پرد و آن را پاره پاره مي كند و ده پرسش ديگر از آن مي سازد.

وقتي مراقبه كني، سوالات كمتر و كمتري وجود خواهند داشت.

و به نظر تو اين متناقض مي آيد، ولي درست است و بايد آن را به شما بگويم: وقتي سوالات وجود داشته باشند، پاسخي وجود ندارد. ولي وقتي پرسشي نباشد، آن پاسخ وجود دارد.

آن پاسخ فقط وقتي مي آيد كه تو در حال پرسيدن نباشي. حالت نپرسيدن توسط مراقبه برايت روي مي دهد .

و فكر نكن كه به تعداد پرسش ها پاسخ وجود دارد. نه، فقط يك پاسخ وجود دارد. ميليون ها پرسش وجود دارند ، پاسخ يكي است. ميليون ها بيماري وجود دارد، دارو يكي است.

تنها يكي، و تمام مسائل حل خواهند شد.

ولي آن يكي براي تو رخ نمي دهد زيرا كه تو اجازه نمي دهي كه اتفاق بيفتد.

تو از اينكه اجازه بدهي هرچيزي اتفاق بيفتد بسيار هراساني.

اين بايد فراگرفته شود. اين تنها انضباطي است كه مايلم شما آن را انجام بدهيد: انداختن ترس هايتان، ازدست دادن ترس ها و اجازه دادن به وقايع كه رخ بدهند.

رودخانه جاري است ، آن را هل نده! نيازي نيست، خودش جريان دارد.

فقط كنار ساحل منتظر باش و بگذار جاري باشد. اگر به قدر كافي شجاع هستي، خودت را در رودخانه بينداز و با آن جاري باش. شنا نكن، زيرا شناكردن يعني جنگيدن ، فقط شناور باش.

البته، آنوقت نمي تواني هيچ مقصدي را دنبال كني، زيرا شايد مقصد تو و مقصد رودخانه باهم يكي نباشد ، آنوقت ناكامي وجود خواهد داشت.

وقتي مي تواني مقصد و هدفي را دنبال كني كه شنا كني، بجنگي. آنوقت حتي مي تواني برخلاف جريان آب شنا كني ، آنوقت جنگي بزرگ درمي گيرد. و وقتي مي جنگي نفس تو تقويت مي شود، در مخالفت با رودخانه احساس زنده بودن مي كني. ولي آن سرزندگي زودگذر است، دير يا زود خسته خواهي شد.

دير يا زود خواهي مرد و رودخانه تو را باخودش خواهد برد.

در كنار رود گنگ، روستاييان اجساد مردگانشان را مي آورند و در گنگ رها مي كنند.

ولي وقتي كه مرده اي، رهاكردن تو در رود گنگ بي فايده است ، زيرا وقتي كه مرده اي، با رودخانه جاري مي شوي، ولي آنوقت اين جاري شدن بي معني است، زيرا تو ديگر وجود نداري.

كاري كه من مي كنم اين است كه شما را زنده به رودگنگ مي اندازم.

اگر زنده، هشيار، كاملاً آگاه شناور باشي، خودت رودخانه مي شوي.

و رودخانه به هركجا كه برسد، مقصد همان خواهد بود، هدف همانجاست.

اين واقعيت است. آنوقت نگران اين نيستي كه به كجا خواهد رسيد. هر لحظه، خود همان جريان شعف آور مي شود، هرلحظه، همان جريان، همان سرزندگي، هدف مي شود ، آنوقت هر لحظه مقصد است.

وسيله ها هدف مي شوند، لحظه جاودانه مي گردد.

آري، بايد مرشد را تماماً دنبال كني. بارها اتفاق مي افتد كه نمي تواني به طور جسماني با او مشورت كني.

و دير يا زود مرشد بدنش را ترك خواهد كرد. آنوقت امكاني نيست كه بتواني با جسم او مشورت كني. بهتر است با او به طور غيرجسماني تنظيم باشي، وگرنه، شيون و زاري خواهي كرد.
بدن من هرلحظه مي تواند ازبين برود!
اينك واقعاً نيازي به حمل آن نيست ، براي شماست كه حمل مي شود.

اگر با وجود غيرجسماني من تنظيم نشوي، دير يا زود بسيار افسرده و غمگين خواهي شد و رنجي بسيار خواهي كشيد. و آنوقت تنظيم شدن با من به طور غيرجسماني بسيار دشوار خواهد بود.
بنابراين من تماس فيزيكي خودم را با شما كمتر و كمتر خواهم كرد ، فقط براي اينكه شما را هشيار و آگاه كنم كه بايد با من به طور غيرجسماني تنظيم شويد. و مي توانيد چنين كنيد.

كاري دشوار نيست.

بيشتر مراقبه گون باشيد و برايتان اتفاق خواهد افتاد.

# زن و مرد، عشق و مراقبه

*پرسش دوم:*

*اشو جان، ما سوالات زيادي در مورد انرژي زنانه داريم.*

*برخي زنان مي گويند كه از وقتي با شما ديدار كرده اند، باوجودي كه اميال جسماني شان ادامه دارد، ديگر هيچ مرد فاني برايشان به قدر كافي راضي كننده نيست.*

*زنان ديگري مي گويند كه از وقتي با شما ملاقات كرده اند احساس عشق ورزي بيشتري مي كنند.*

*چنين گزارش شده كه گرجيف گفته است كه هيچ زني به جز توسط مرد نمي تواند به آن تجربه غايي دست پيدا كند.*

*آيا ممكن است در مورد انرژي زنانه براي ما بگوييد.*

آري،گرجيف گفته است كه هيچ زني نمي تواند برسد، به جز توسط يك مرد.

و حق با اوست. زيرا انرژي زنانه با انرژي مردانه فرق دارد.

درست مثل اين است كه كسي بگويد فقط زن مي تواند بچه به دنيا بياورد. يك مرد تواند بچه بزايد ، مرد فقط از طريق يك زن است كه مي تواند فرزندي به دنيا بياورد. ساختار جسماني زن يك رحم دارد و ساختار جسماني مرد بدون رحم است ، او فقط از طريق يك زن مي تواند بچه دار شود.

در تولد روحاني، همين در جهت معكوس رخ مي دهد: زن فقط از طريق مرد مي تواند به اشراق برسد. انرژي روحاني آنان نيز باهم تفاوت دارد، درست مانند بخش جسماني آنان. چرا؟ چرا چنين است؟

و به ياد بسپار كه اينجا مسئله ي برابري و نابرابري وجود ندارد. مسئله ي تفاوت هاست.

چون زنان نمي توانند مستقيماً به اشراق برسند دليل اين نيست كه از مردان پايين تر هستند. و مرد به اين دليل كه نمي تواند مستقيماً بچه دار شودن از زن پست تر نيست.

آن ها باهم فرق دارند. هيچ مسئله ي برابري يا نابرابري دركار نيست، هيچ مسئله ي ارزشي وجود ندارد. آنان فقط باهم فرق دارند و اين يك واقعيت است.

چرا براي زن مشكل است كه مستقيماً به اشراق برسد؟

و چرا براي مرد ممكن است كه مستقيماً به اشراق برسد؟

در اساس، فقط دو راه وجود دارد كه به اشراق منتهي مي شود. يكي مراقبه است و ديگري عشق. مي تواني آن ها را *گيانا يوگا* Gyana Yoga و *باكتي يوگا* Bhakti Yoga بخواني ، طريق خرد و طريق اخلاص. راه هاي اساسي اين دو هستند.

عشق به ديگري نياز دارد و مراقبه مي تواند به تنهايي انجام شود.

مرد مي تواند از طريق مراقبه برسد ، براي همين است كه مي تواند مستقيماً دست بيابد.

مرد مي تواند تنها باشد. او در ژرفا تنها *هست*. تنهابودن براي يك مرد طبيعي است.

براي يك زن، تنها بودن دشوار است، بسيار دشوار، تقريباً ناممكن.

تمام وجود او يك شوق عميق براي عشق ورزيدن است و براي عشق، به ديگري نياز است. اگر ديگري وجود نداشته باشد، چگونه مي تواني عشق بورزي؟

وقتي كه ديگري نباشد، مي تواني مراقبه كني، مشكلي وجود ندارد.

زن، انرژي زنانه توسط عشق ورزيدن به حالت مراقبه گونه مي رسد و انرژي مردانه از طريق مراقبه به عشق مي رسد. يك *بودا* نيروي عشقي عظيمي مي شود، ولي از طريق مراقبه.

وقتي *بودا* به كاخش بازگشت، زنش بسيار خشمگين بود. طبيعي است زيرا او دوازده سال بود كه بي خبر دور شده بود. يك شب ناگهان غيبش زده بود و حتي يك كلمه هم به او نگفته بود. وقتي زنش خوابيده بود، همچون يك ترسو فرار كرده بود.

همسر *بودا*، *ياشودارا Yashodhara* به او اين اجازه را مي داد. او زني شجاع بود. اگر *بودا* درخواست مي كرد، همسرش اجازه مي داد، هيچ مشكلي دراين مورد نبود، ولي *بودا* درخواست نكرد.

او مي ترسيد شايد اشكالي پيش بيايد، شايد او گريه و زاري كند و يا چيزي مانند اين. ولي آن ترس به دليل زنش نبود، اين ترسي عميق در وجود خودش بود. او مي ترسيد كه شايد با ديدن *ياشودارا* كه گريه و زاري مي كند، ترك كردن براي خودش مشكل شود. ترس هميشه از خود است.

اين خيلي بي رحمانه بود و او نمي توانست چنان بي رحم باشد ، پس بهتر است وقتي كه زنش در خواب است فرار كند. بنابراين او گريخت و پس از دوازده سال به خانه بازگشت.

*ياشودارا* سوالات زيادي داشت. يكي از آن ها اين بود: " به من بگو، حالا كه رسيده اي مي تواني به من بگويي: آيا به هرآنچه كه در آنجا دست يافته اي، آيا مي توانستي در همينجا كه با من زندگي مي كردي به آن برسي؟"

گفته شده كه *بودا* ساكت ماند.

ولي من پاسخ مي دهم: *بودا* نمي توانست برسد ، زيرا مردي كه عميقاً عاشق باشد.... و او عميقاً عاشق *ياشودارا* بود. اين رابطه اي بسيار صميمانه بود. اگر رابطه اي با *ياشودارا* وجود نداشت، اگر آن زن فقط يك همسر هندو بود و رابطه ي عاشقانه اي وجود نداشت، آنوقت *بودا* مي توانست حتي درحاليكه با او زندگي مي كرد به روشني برسد. آنوقت واقعاً مشكلي وجود نمي داشت.

ديگري در پيرامون قرار داشت و تو در رابطه نبودي. اگر تو در رابطه نباشي، ديگري هم وجود ندارد ، فقط يك حضور جسمي كه در پيرامون حركت مي كند.

ولي *بودا* عميقاً عاشق بود. و براي يك مرد اين دشوار است كه وقتي عاشق است به مراقبه دست بيابد ، مشكل اين است.

دشواري در اين است كه وقتي مرد عاشق باشد، هروقت كه ساكت نشسته باشد، ديگري در ذهنش حضورپيدا مي كند، تمامي وجودش شروع مي كند به حركت در اطراف معشوق.

ترس از اين بود، براي همين بود كه *بودا* فرار كرد.

هيچكس قبلاً در اين مورد حرفي نزده است، ولي *بودا* از آن خانه، از آن همسر و از آن نوزاد به اين دليل فرار كرد كه واقعاً عاشق بود. و اگر عاشق كسي باشي، آنوقت هروقت كه سرگرم باشي، مي تواني او را ازياد ببري، ولي وقتي كه مشغوليتي نداري، ديگري بي درنگ به خاطر مي آيد.

و آنوقت فضايي نيست تا الوهيت وارد شود.

وقتي مشغول هستي، وقتي در مغازه يا..... *بودا* بر تخت شاهي نشسته بود و امور كشورش را اداره مي كرد، آنوقت مشكلي نبود ،_ مي توانست *ياشودارا* را فراموش كند. ولي هروقت كه مشغول نبود، *ياشودارا* حضور داشت ، آن فاصله و فضا با *ياشودارا* اشغال شده بود و گذرگاهي براي الوهيت وجود نداشت تا عبور كند.

مرد نمي تواند از طريق عشق به الوهيت دست بيابد. تمام انرژي او با انرژي زنانه متفاوت است. او بايد نخست به مراقبه دست بيابد ، آنوقت عشق برايش رخ مي دهد. آنوقت مشكلي نيست. او بايد نخست به الوهيت برسد، آنوقت معشوق نيز الهي مي شود.

*بودا* پس از دوازده سال برگشت. اينك مشكلي نبود. اينك خداوند در وجود *ياشودارا* هست.

قبلاً، *ياشودارا* خيلي زياد بود و يافتن خداوند دشوار بود.

اينك خداوند تماماً در وجود آن زن هست و فضايي براي *ياشودارا* باقي نمانده است.

براي يك زن درست عكس اين اتفاق مي افتد. او نمي تواند مراقبه كند زيرا تمام وجودش شوقي است براي ديگري. او نمي تواند تنها باشد. هروقت كه تنهاست، رنجور است. بنابراين وقتي كه بگويي: "تنها بودن سرور است و شعف،" يك زن نمي تواند آن را درك كند. و اين تاكيد بر تنها بودن در سراسر دنيا وجود داشته است زيرا كه بسياري از سالكان مرد بوده اند ، *بودا*، *ماهاويرا*، *مسيح*، محمد... تمام آنان به انزوا رفته اند

و فقط در تنهايي خويش به اشراق رسيده اند. آنان اين چنين محيطي را خلق كرده اند.

زن، هرگاه تنها باشد، احساس تشويش مي كند. اگر عاشقي وجود داشته باشد، حتي در ذهن، او خوشحال است. اگر كسي عاشق باشد، اگر كسي معشوق باشد ،اگر در اطراف زن عشق وجود داشته باشد، او را تغذيه مي كند. عشق براي زن يك تغذيه است، خوراكي لطيف است. هروقت زن احساس كند كه عشقي وجود ندارد، به سادگي احساس گرسنگي و خفگي مي كند، تمام وجودش به هم فشرده مي شود.

بنابراين يك زن هرگز فكر نمي كند كه تنها بودن مي تواند سرور انگيز باشد.

اين انرژي زنانه است كه راه عشق و اخلاص را آفريده است. حتي يك معشوق الهي كفايت مي كند ، نيازي به يافتن يك عاشق جسماني نيست. براي *ميرا*، *كريشنا* كفايت مي كند، مشكلي نيست ، زيرا براي *ميرا*، ديگري وجود دارد. شايد او حضور نداشته باشد، شايد *كريشنا* فقط يك اسطوره باشد، ولي براي *ميرا* او هست، ديگري وجود دارد ، و آنوقت *ميرا* خوشحال است. مي تواند برقصد، مي تواند بخواند و او تغذيه شده است.

زن فقط با همان خود ايده، همان فكر، همان احساس كه ديگري وجود دارد و عشق وجود دارد احساس رضايت مي كند. او خوشحال و زنده است. تنها با چنين عشقي است كه او به نقطه اي مي رسد كه عاشق و معشوق يكي مي شوند. آنگاه مراقبه رخ مي دهد.

براي انرژي زنانه، مراقبه فقط در ژرفاي آميزش عشق رخ مي دهد. آنوقت او مي تواند تنها باشد ، _ آنوقت مشكلي وجود ندارد، زيرا اينك او ديگر هرگز نمي تواند تنها باشد.

عاشق در او آميخته شده است ، اينك در درونش است.

*ميرا* يا *رادا* Radha يا *ترزا* *Teresa* همگي توسط يك عاشق رسيده اند: *كريشنا* يا *مسيح*.

احساس من اين است كه هرگاه يك سالك مرد نزد من مي آيد، به مراقبه علاقه دارد و هرگاه يك سالك زن نزد من مي آيد، به عشق علاقه دارد. اگر به او بگويم كه عشق مي تواند از طريق مراقبه رخ بدهد، اين مي تواند او را به مراقبه علاقمند سازد. ولي ميل عميق او به عشق است. براي يك زن، عشق خداست.

اين تفاوت بايد فهميده شود، بايد عميقاً درك شود. زيرا همه چيز به آن بستگي دارد و حق با گرجيف است.

انرژي زنانه عشق خواهد ورزيد و آن حالت مراقبه گونه، آن *سامادي* samadhi توسط عشق شكوفا خواهد شد.

*ساتوري satori* ، اشراق لحظه اي ، دست خواهد داد ولي در اعماق، در ريشه ها عشق خواهد بود و *ساتوري* گل آن خواهد شد. براي انرژي مردانه، *ساتوري* در ريشه ها خواهد بود، *سامادي* در ريشه ها قرار دارد، مراقبه ريشه است و سپس عشق شكوفا خواهد شد. ولي عشق يك شكوفايي خواهد بود.

و زماني كه سالكان زن نزد من مي آيند، بايد كه چنين روي دهد: آنان عشق بيشتري احساس مي كنند، ولي آنگاه يك شريك جسماني كمتر راضي كننده خواهد بود. هرگاه عشقي عميق وجود داشته باشد، يك شريك جسماني هرگز ارضا كننده نيست، زيرا شريك جسمي فقط مي تواند پيرامون را ارضا كند، نمي تواند مركز را راضي كند.

براي همين است كه در كشورهاي باستاني همچون هند، ما هرگز به عشق اجازه نمي دهيم ، ازدواج ها از پيش ترتيب داده شده هستند. زيرا وقتي كه عشق مجاز باشد، شريك جسماني دير يا زود ديگر راضي كننده نيست و آنوقت ناكامي وجود خواهد داشت.

امروزه تمام غرب دچار بحران است. اينك هيچ ارضايي وجود ندارد. وقتي عشق را مجاز بداري، آنوقت يك مرد معمولي نمي تواند آن را برآورده كند. او مي تواند سكس را ارضا كند، مي تواند سطح را راضي كند، ولي نمي تواند اعماق را، ژرفا را راضي كند. زماني كه ژرفا عمل مي كند، وقتي كه عمق را بكاوي، فقط خدا مي تواند آن را ارضا كند، نه هيچكس ديگر.

بنابراين وقتي سالكان زن نزد من مي آيند، عمق وجودشان دچار ضربه مي شود. شروع مي كنند به احساس يك شوق جديد، يك عشق تازه. ولي شوهران خودشان و دوست پسرهايشان و شريكانشان قادر نيستند آن شوق را ارضا كنند. اينك اين عشق فقط مي تواند توسط وجودي با كيفيت بسيار بالاتر ارضا شود. بايد هم چنين باشد. بنابراين، اين شوهر و يا زوج تو است كه بايد بيشتر مراقبه گون شود و كيفيت هاي والاتري از وجود را در خودش بيافريند... تنها در آنوقت است كه راضي كننده خواهد بود. وگرنه رابطه گسسته خواهد شد ، آن پل نمي تواند پابرجا بماند. بايد دوستي تازه بيابي و اگر يافتن دوستي تازه غيرممكن باشد ، چنانچه براي *ميرا* بود ، دشوار

باشد، آنوقت مجبوري عاشق الوهيت شوي. آنوقت فقط جسم را فراموش كن ، اينك ديگر براي تو نيست.

همين براي سالكان مرد به نوعي ديگر رخ مي دهد. وقتي آنان نزد من مي آيند، بيشتر مراقبه گون مي شوند. وقتي كه بيشتر مراقبه گون شدند، آن پل بين شريكان سابقشان گسسته مي شود، لرزان مي شود. اينك اين دوست دخترها يا همسرانشان هستند كه بايد رشد كنند، وگرنه آن رابطه ازبين خواهد رفت، نمي توان آن را نگه داشت.

به ياد بسپار كه تمام روابط شما، تمام اين به اصطلاح "روابط" شما نوعي تعديل و تنظيم adjustment هستند. اگر يكي تغيير كند، آن تنظيم به هم مي خورد ، به سمت بهتر يا بدتر، نكته اين نيست.

مردم نزد من مي آيند و مي گويند: "اگر مراقبه كيفيت هاي والاتر را مي آورد، پس چرا روابط گسسته مي شوند؟"

مسئله اين نيست، آن رابطه يك تعديل بود بين دونفر، *همانگونه* كه بودند. اينك يكي عوض شده است، ديگري نيز بايد همراه او رشد كند، وگرنه مشكل پيش خواهد آمد، چيزها دروغين خواهند شد.

هرگاه مردي به اينجا مي آيد، بيشتر مراقبه گون مي شود. هرچه بيشتر مراقبه گون شود، مايل است بيشتر تنها باشد. زوجه اش، همسرش از اين تغيير آشفته مي شود. اگر درك نكند، آنوقت شروع مي كند به دردسرآفريدن : "اين مرد مي خواهد بيشتر تنها باشد."

اگر آن زن درك كند، آنوقت مشكلي نيست. ولي آن ادراك فقط وقتي مي تواند به او دست بدهد كه عشق او رشد كند. اگر آن زن احساس عشق بيشتري كند، آنوقت مي تواند به اين دوستش يا شوهرش اجازه بدهد كه تنها باشد و خودش از تنهابودن او محافظت خواهد كرد. او مي كوشد كه كسي تنهايي او را مختل نكند ، اينك عشق او چنين عمل مي كند.

و اگر اين مرد احساس كند.... اگر *بودا* احساس كند كه *ياشودارا* مراقب است و محافظت مي كند و سرپرستي مي كند كه مراقبه ي او برهم نخورد و به سكوت او كمك مي كند، آنوقت نيازي نيست كه از نزد *ياشودارا* فرار كند. ولي اين فقط وقتي ممكن است كه عشق *ياشودارا* رو به رشد باشد.

وقتي كه مراقبه ي مرد در حال رشد كردن باشد، عشق زن نيز بايد درحال رشد كردن باشد. تنها در آنصورت است كه مي توانند در صلح باشند و يك هماهنگي والاتر برخواهد خاست و والاتر و الاتر خواهد شد.

و لحظه اي فرا خواهد رسيد كه مرد تماماً در مراقبه است و زن كاملاً در عشق قرار دارد ، تنها در اين زمان است كه ديدارشان كامل است و فقط در آنزمان است كه يك انزال واقعي و والا بين دونفر صورت مي گيرد.

نه فقط يك انزال جسماني و جنسي ، انزالي تمام!

دو وجود درهم ملاقات مي كنند و دريكديگر محو مي شوند. آنوقت است كه عاشق يك دروازه مي شود و معشوق يك دروازه مي شود و هردو به آن يكتا دست مي يابند.

بنابراين هركس نزد من مي آيد بايد كاملاً آگاه باشد كه نزديك من بودن خطرناك است.

ترتيبات تنظيم شده ي كهنه ي شما مختل خواهد شد ، و از من كاري برنمي آيد.

و من در اينجا نيستم تا به تعديلات شما كمك كنم، تصميمش با خودتان است.

من مي توانم به شما كمك كنم تا رشد كنيد ، رشد در مراقبه، رشد در عشق.

به نظر من، هردو يك معني دارند، زيرا هردو به يك مقصد مي رسند.

# به هردو نياز است

## *صبح چهاردهم*

## *23مي 1974*

*اشو جان، گفتيد كه هر كودك يك خدا به دنيا مي آيد.*
*ولي هردو فرزند من از همان ابتداي تولد بسيار متفاوت بودند.*
*يكي بسيار باصفا و خداگونه است ولي ديگري پيش از اينكه تحت تاثير*
*هرگونه شرطي شدگي قرار بگيرد، به نظر مي رسد كه مختل باشد.*
*چگونه مي توانيم با اين فرزند دشوار برخورد كنيم؟*

اين پرسشي بسيار اساسي را مطرح مي كند: خود جهان هستي الهي است ، آنوقت اهريمن از كجا مي آيد؟ شر، غيراخلاقي و غيرقابل قبول از كجا وارد مي شود؟

خير اشكالي ندارد، زيرا ما آن را با خدا مترادف ساخته ايم ، خير يعني خدا. ولي شر از كجا مي آيد؟ اين نكته بشريت را قرن هاست كه گيج كرده است.

تا جايي كه مي توانيم به گذشته برگرديم، اين مشكل هميشه در ذهن انسان وجود داشته است.

راه حل منطقي، راه حلي كه ذهن مي تواند بيابد تقسيم كردن جهان هستي است، آفرينش دوييت: اينكه بگوييم خداوندي هست كه خير است و اهريمني هست، شيطاني هست كه بد است. ذهن مي پندارد كه مشكل حل شده است ، پس هرآنچه كه بد است از شيطان است و هرآنچه كه خوب است از خداوند است.

ولي مشكل حل نشده است، فقط قدري به عقب رانده شده است. مشكل هماني كه بود باقي مي ماند. يك گام آن را به عقب رانده اي، ولي هيچ چيز حل نشده است ، زيرا كه آن شيطان از كجا مي آيد؟ اگر خداوند خالق باشد، آنوقت بايد شيطان را هم در همان آغاز خلق كرده باشد. يا اينكه خداوند خالق متعال نيست. و شيطان هميشه وجود داشته است، فقط همچون يك دشمن، يك نيروي مخالف ، پس هردو ازلي هستند.

اگر شيطان آفريده نشده باشد، آنوقت نمي تواند ازبين برود، بنابراين اين تضاد تا ابد ادامه خواهد داشت. خدا نمي تواند پيروز شود ، شيطان هميشه وجود دارد كه اخلال كند.

اين مشكل الهيات مسيحي، الهيات محمديان، الهيات زرتشتيان است.

زيرا تمام اين سه الهيات راه حل ساده اي را كه ذهن توصيه مي كند دنبال كرده اند.

ولي اين مشكلي نيست كه ذهن بتواند حلش كند.

امكان ديگري هست كه از ذهن نمي آيد و درك آن براي ذهن دشوار خواهد بود. آن امكان در شرق برخاسته است، به ويژه در هندوستان. و آن امكان اين است كه شيطان وجود ندارد، دوييتي اساسي درميان نيست. فقط خداوند وجود دارد، هيچ نيروي ديگري وجود ندارد.

اين چيزي است كه فلسفه ي *آدويت* advait معني مي دهد ، فلسفه غيردوگانه non-dual : فقط خدا هست. ولي ما بينيم كه شيطان وجود دارد!

هندوها مي گويند كه شيطان در تفسير تو وجود دارد، نه به خودي خودش. *تو* آن را بد مي خواني زيرا نمي تواني دركش كني، يا اينكه تو را آشفته مي سازد.

اين نگرش *تو* است كه آن را بد مي سازد يا بد وانمود مي كند. شيطاني وجود ندارد. شيطان نمي تواند وجود داشته باشد.

حالا من مشكل تو را در همين زمينه بررسي مي كنم: دو كودك به دنيا مي آيند ، يكي خوب است و ديگري بد. چرا تو يكي را خوب مي خواني؟ و چرا آن ديگري را بد مي خواني؟ آيا اين واقعاً واقعيت است يا تفسير تو است؟

كدام كودك خوب است ، و چرا؟ اگر كودكي فرمانبردار باشد، آن كودك خوب است.

اگر كودك نافرمان باشد، بد است.

آن كه از تو پيروي كند خوب است، آن كه مقاومت كند، بد است.

هرچه بگويي او قبول مي كند: مي گويي" بنشين" و او مي نشيند. او پسر خوبي است!

ولي ديگري سعي مي كند نافرماني كند، سعي دارد عصيان كند ، پس او بد است!

اين تفسير تو است. تو چيزي در مورد كودكان نمي گويي، چيزي در مورد ذهن خودت مي گويي. چرا آن كه اطاعت مي كند خوب است؟

درواقع، بچه هاي مطيع هرگز درخشان نبوده اند، هرگز بسيار نوراني نبوده اند ، هميشه خرفت بوده اند. هيچ كودك فرمانبرداري يك دانشمند بزرگ يا يك انسان مذهبي بزرگ يا شاعري بزرگ نبوده است.

فقط نافرمان ها مخترعين بزرگ و خالقين بزرگي بوده اند، فقط عصيانگران توانسته اند به فراسوي چيزهاي كهنه بروند و به چيزهاي تازه و ناشناخته دست بيابند.

ولي براي نفس والدين، كودك فرمانبردار مناسب است، زيرا به نفس تو كمك مي كند. وقتي كودك از تو پيروي كند و هرآنچه را كه بگويي قبول كند، احساس خوبي داري. وقتي كه كودك مقاومت كند و تو را منكر شود، تو احساس بدي داري.

ولي يك كودك واقعاً زنده، عصيانگر خواهد بود. چرا بايد از تو پيروي كند؟ تو كيستي؟!

و او چرا بايد از تو اطاعت كند؟ فقط به اين دليل كه يك پدر هستي؟ براي اينكه يك پدر باشي چه كرده اي؟ تو فقط يك گذرگاه بوده اي ، و آن نيز بسيار ناهشيارانه!

عمل جنسي تو عملي آگاهانه نيست ، توسط نيروهاي ناخودآگاه هل داده شده اي تا وارد عمل جنسي شوي. آن كودك فقط يك حادثه است: تو هرگز انتظار او را نداشتي. آگاهانه هشيار نبودي كه از چه كسي دعوت مي كني تا بيايد. آن كودك ناگهان همچون يك غريبه وارد شده است. تو پدر بوده اي، ولي پدري نكرده اي.

وقتي مي گويم كه يك پدر بوده اي، منظورم اين است كه اين يك موضوع زيست شناسي بوده. نيازي به تو نبوده ، حتي يك سرنگ نيز مي توانسته چنين كند. ولي تو واقعاً يك پدر نبوده اي، زيرا آگاه نبوده اي.

تو دعوتي به عمل نياورده اي، از يك روح خاص دعوت نكرده اي تاوارد رحم همسرت يا معشوقت شود. براي آن كاري انجام نداده اي.

و وقتي كه كودك زاده مي شود... براي آن چه كرده اي؟

وقتي كه مي گويي كه كودك بايد از تو اطاعت كند، آيا به قدر كافي مطمئن هستي كه حقيقتي را مي داني كه او بايد از آن اطاعت كند؟ آيا به قدر كافي يقين داري و اطمينان داري كه چيزي را دريافته اي كه آن كودك بايد از آن اطاعت كند؟

مي تواني خودت را بر آن كودك تحميل كني، زيرا او ناتوان است و تو قوي هستي.

اين تنها تفاوت بين تو و آن كودك است. وگرنه، تو نيز رفتاري بچه گانه و جاهلانه داري ، تو رشد نكرده اي، بالغ نشده اي. تو درست مانند يك كودك خشمگين مي شوي، مثل يك كودك حسادت مي ورزي و مانند كودك با اسباب بازي ها بازي مي كني ، شايد بازيچه هايت فرق كنند و قدري بزرگتر باشند، همين.

زندگي تو چيست؟ به كجا رسيده اي؟ چه خردي كسب كرده اي كه آن كودك بايد از تو اطاعت كند و به هر تقاضاي تو آري بگويد؟

يك پدر از آن آگاه خواهد بود و چيزي را به كودك تحميل نخواهد كرد. درعوض، به كودك اجازه مي دهد تا خودش باشد، به كودك كمك مي كند تا خودش باشد، زيرا اگر او چيزي را دانسته باشد، بايد بداند كه درون كودك فقط در آزادي رشد مي كند.

اگر پدر چيزي را در زندگي تجربه كرده باشد، خواهد دانست كه تجربه كردن به آزادي نياز دارد ، هرچه آزادي بيشتر باشد، تجربه ات غني تر خواهد بود. هرچه آزادي كمتر باشد، امكان تجربه كردن نيز كمتر خواهد بود. اگر ابداً آزادي وجود نداشته باشد، آنوقت مي تواني تجربه هايت را قرض بگيري، مي تواني تقليد كني، و سايه ي تجربه را داشته باشي، ولي نه هرگز آن چيز واقعي را، تجربه هايت هرگز اصيل نخواهند بود.

پدري كردن براي يك كودك يعني بيشتر و بيشتر به او آزادي دادن، او را بيشتر و بيشتر مستقل ساختن، اجازه دادن كه وارد ناشناخته ها شود ، جايي كه هرگز نبوده اي. او بايد از تو پيشي بگيرد، بايد به فراسوي تو برود، بايد از تمام مرزهايي كه تو شناخته اي فراتر برود. بايد به او كمك كرد، نه اينكه به او تحميل كرد. زيرا وقتي كه شروع مي كني به تحميل كردن، تو كودك را مي كشي، او را به قتل مي رساني.

روح به آزادي نياز دارد ، در آزادي رشد مي كند و فقط در آزادي. اگر واقعاً يك پدر هستي خوشحال خواهي بود كه فرزندنت يك عصيانگر است، زيرا هيچ پدري ميل ندارد كه روح فرزندش را بكشد.

ولي شما پدر نيستيد. شما از بيماري هاي خودتان در رنج هستيد. وقتي كودكي را وادار مي كني تا از تو اطاعت كند، فقط مي گويي كه مي خواهي بر كسي چيره باشي. و نمي تواني اين را در دنيا انجام دهي، ولي اين كودك خردسال، دست كم مي تواني بر او سلطه پيدا كني و او را مالك باشي.

مي خواهي برخي از اميال برآورده نشده ات را توسط اين كودك برآورده كني ، سلطه گري، استبداد. دست كم مي تواني براي اين كودك مستبد باشي، كسي كه ناتوان است، بسيار جوان و بي پناه است.

و او چنان به تو وابسته است كه مي تواني هرچيزي را بر او تحميل كني.

ولي با واداركردن، او را مي كشي. تو به او تولد نمي دهي، او را نابود مي كني.

و كودكي كه از تو اطاعت كند به نظر خوب مي آيد ، زيرا مرده است.

و كودكي كه عصيانگر باشد به نظر بد مي آيد، زيرا زنده است.

ما چون خودمان زندگي را از كف داده ايم، با زندگي مخالف هستيم.

ما چون خودمان پيشاپيش مرده ايم، قبل از مرگ مرده ايم، هميشه مي خواهيم ديگران را هم بكشيم. و روش ها بسيار ظريف هستند. به نام عشق، مي تواني بكشي. به نام محبت، مي تواني بكشي. به نام خدمت، مي تواني نابود كني. ما نام هايي زيبا پيدا مي كنيم ، ولي در اعماق آن قاتل نشسته است.

اين را درك كن، آنوقت اينگونه فكر نخواهي كرد ، كه اين كودك خوب است و آن كودك بد است. تفسير نكن!

هر شخص منحصربه فرد است، هر فرد متفاوت است.

نيروي خلاقه ي الهي چنان است كه هرگز تكرار نمي كند.

پس فقط همينقدر بگو ، كه اين كودك با آن ديگري تفاوت دارد. نگو كه يكي خوب است و ديگري بد است. تو خودت نمي داني خوب چيست و بد كدام است.

اين كودك فرمانبر است و ديگري عصيانگر است ، ولي هيچكس نمي داند كه كدام خوب است. و تحميل نكن.

اگر اين كودك به طور طبيعي و خودانگيخته فرمانبر باشد، آنوقت اشكالي نيست ، اين ذات اوست، كمك كن تا رشد كند. و اگر آن كودك عصيانگر و نافرمان است ، اين طبيعت اوست، كمك كن تا رشد كن.

به يكي كمك كن تا عميقاً يك آري-گو باشد، و به ديگري كمك كن تا عميقاً يك نه-گو باشد.

ولي تفسير نكن، زيرا لحظه اي كه شروع به تفسيركردن كني، شروع مي كني به نابود كردن.

اين طبيعت اوست كه آري بگويد و طبيعت ديگري اين است كه نه بگويد. به هردو نياز است.

اگر كسي نباشد كه نه بگويد، زندگي بسيار يكنواخت و كسل كننده مي شود.

اگر همه آي بگويند، زندگي مطلقاً گنگ و احمقانه خواهد بود.

نه-گو مورد نياز است ، اين قطب متضاد است. اگر كسي نباشد كه عصيان كند، فرمانبري بي معني خواهد بود. انتخاب نكن ، فقط تفاوت را احساس كن و كمك كن. و خودت را بر آنان تحميل نكن و خشن نباش.

ولي هر پدري خشن است،هر مادري خشن است. و مي توانيد خشن باشيد، زيرا به نام عشق خشونت مي كنيد! هيچكس از شما انتقاد نمي كند، زيرا مي گويي چنان فرزندت را دوست داري كه بايد او را كتك بزني، چنان عاشق او هستي كه بايد درستش كني!

مي گويي كه چون او را خيلي دوست داري سعي مي كني درستش كني ، او اشكال دارد!

آيا خودت يقين داري كه چه چيز درست است و چه چيز نادرست؟

هيچكس يقين ندارد، هيچكس نمي تواند يقين داشته باشد ، زيرا پديده چنين است كه آنچه در اين لحظه خوب است، لحظه اي بعد بد مي شود. جهتي كه در ابتدا به نظر بد مي آيد، در پايان خوب مي شود.

زندگي يك حركت پيوسته است ، هرلحظه درحال تغيير است.

بنابراين يك پدر واقعي يا يك مادر واقعي به فرزندانش فقط آگاهي مي دهد، نه اخلاقيات ، زيرا اخلاقيات بي جان هستند.

تو مي گويي: "اين خوب است، انجامش بده!" ولي لحظه اي بعد آن چيز بد مي شود و آنوقت آن كودك چه بايد بكند؟ لحظه ي بعدي تمام زندگي تغيير مي كند. زندگي پيوسته درحال تغيير است، يك تغيير دايمي و اخلاقيات شما تثبيت شده اند ، مي گويي اين خوب است و بايد انجام شود. آنوقت مرده مي شوي.

زندگي به تغيير ادامه مي دهد و تو با اخلاقيات تثبيت شده ات ادامه مي دهي.

براي همين است كه مردمان مذهبي به نظر بسيار گنگ مي آيند ،چشمانشان خالي است، سطحي، بدون عمق ، زيرا عمق فقط وقتي ممكن است كه تو با رودخانه ي زندگي جاري باشي.

پس يك پدر يا يك مادر بايد چه چيز را به عنوان هديه به فرزندش بدهد؟

فقط هشياري، آنان فرزندانشان را آگاه تر خواهند ساخت. و به آنان آزادي مي دهند و مي گويند: " هشيار باش و با آزادي حركت كن. حتي اگر مجبوري خطا كني، نترس، زيرا زندگي از طريق خطاها نيز آموخته مي شود. انسان توسط اشتباه نيز آگاه مي شود. پس نترس. اشتباه كردن، عملي انساني است."

و اگر با هشياري اشتباه كني، فقط يك اتفاق مي افتد: يك اشتباه را بارها و بارها انجام نمي دهي. وقتي كه يك خطا مرتكب مي شوي، آن را تجربه مي كني، درموردش هشيار مي شوي و سپس ازبين خواهد رفت. تو را غني تر خواهد ساخت و تو بي واهمه پيش خواهي رفت.

فقط يك چيز را به ياد داشته باش: از هر تجربه كه عبور مي كني، آگاه تر باش.

اگر آري مي گويي، آگاهانه آري بگو. اگر نه مي گويي، آگاهانه نه بگو.

و وقتي كودك نه مي گويد، آزرده نشو ، زيرا تو كيستي كه كودك را تثبيت كني؟

او توسط تو آمده است، تو فقط يك گذرگاه هستي. ولي يك مستبد نشو ، عشق هرگز سلطه جويي نمي كند و اگر هرگز مستبد نباشي، آنوقت اين خوب بودن و بدبودن ازبين خواهد رفت.

آنوقت هردو را دوست خواهي داشت و عشق تو بي قيدوشرط جاري خواهد شد.

و عشق خداوند اينگونه در اين دنيا جاري است: بي قيد و شرط.

شنيده ام: كسي به *جنيد*، عارف صوفي گفت: "مردي بسيار شيطاني براي شنيدن تو مي آيد و تو به او خيلي صميميت و نزديكي نشان مي دهي. او را بيرون بينداز، مرد خوبي نيست."

*جنيد* گفت: "اگر خداوند او را از جهان هستي بيرون نينداخته، من كيستم تا او را بيرون بيندازم؟ اگر خداوند او را پذيرفته... من كه از خدا بالاتر نيستم! خداوند به او زندگي بخشيده و به او كمك مي كند تا زنده باشد. و او هنوز جوان و شاداب است و او از شما بيشتر عمر خواهد كرد. پس من كيستم تا تصميم بگيرم؟"

خداوند هم بر خوب و هم بر بد نعمت مي بارد. بسيار روشن و آشكار است كه براي خداوند خوب و بدي وجود ندارد. و وقتي مي گويم ''خداوند" منظورم شخصي نيست كه جايي در آسمان ها نشسته باشد.

اين يك نگرش انسان مدارانه است: ما خداوند را طبق تصوير خودمان متصور مي شويم.

هيچكس در آن بالاها ننشسته است. خداوند يعني تماميت و كليت جهان هستي.

يك انسان بد به همان زيبايي نفس مي كشد كه يك انسان خوب نفس مي كشد.

و جهان هستي يك گناهكار را همچون يك قديس مي پذيرد. جهان هستي تفاوتي نمي گذارد، ولي به سبب تفكرات دوگانه در مسيحيت، محمديان و زرتشتيان ، ما متضاد مي انديشيم.

داستاني هست: در اسراييل قديم شهري به نام *سودوم* Sodom وجود داشت.

در اين شهر مردم بسيار منحرف بودند ، انحراف جنسي داشتند و همجنس باز بودند.

پس گفته شده كه خداوند آن شهر را نابود كرد. آتشي بزرگ نازل شد و همه كشته شدند.

پس از قرن هاي زياد، از يك قديس *هاسيدي* Hassidic پرسيدند: "وقتي خدا شهر *سودوم* را ازبين برد، بايد دست كم چند انسان خوب در آن شهر مي بودند. ما قبول داريم كه مردمان بد نابود شدند ، زيرا بد بودند. ولي چرا آن تعداد مردم خوب هم ازبين رفتند؟"

حالا ذهن حيله گر را تماشا كن: آن عارف *هاسيد* قدري فكر كرد و گفت: "او آن مردمان خوب را نيز از بين برد تا آنان بتوانند شهادت بدهند كه بقيه، مردمان بدي بودند!"

هان؟! ، حسابگري حيله گرانه چنين است. اين فقط حفظ آبرو است!

نكته ي واقعي اين است: براي خدا خوب و بد وجود ندارد. وقتي كه خلق مي كند، هردو را خلق مي كند، وقتي كه نابود مي كند، هردو را نابود مي كند ، بي قيدوشرط.

اين نگرش خوب و بد واقعاً احمقانه است. انساني كه سيگار مي كشد بد مي شود، كسي كه از الكل لذت مي برد بد مي شود، انساني كه عاشق همسر ديگري مي شود، بد مي شود. و ما فكر

مي كنيم كه خداوند نيز در آنجا نشسته و حساب مي كند: "اين مرد سيگار مي كشد، اين مرد الكلي است، اين مرد زناكار است، بگذار بيايد تا حسابش را برسم!"

اين احمقانه است كه خداوند در مورد اين چيزهاي جزيي محاسبه كند! اين ذهن باريك خودماست. براي جهان هستي، هيچ تفسير و هيچ تقسيماتي وجود ندارد. خوب و بد مفاهيم انساني هستند، نه الهي.

و هرجامعه اي مفاهيم خوب و بد خودش را دارد. هر عصر كه عوض شود مفاهيم خوب و بد خودش را دارد. هيچ چيز مطلق در مورد خوب و بد وجود ندارد. خوب و بد نسبي هستند ، نسبت به جامعه، به فرهنگ، به ما.

خداوند مطلق است ، براي او تمايزي وجود ندارد.

و اگر تو نيز در مراقبه اي عميق باشي، جايي كه افكار ازبين رفته باشد، آنوقت نيز تمايزي در ميان نيست ، زيرا خوب و بد فقط افكار هستند. وقتي كه ساكت باشي، خوب چيست و بد كدام است؟

لحظه اي كه اين فكر بر خيزد كه :"اين خوب است، آن بد است،" آن سكوت ازبين رفته است. در مراقبه ي عميق هيچ چيز وجود ندارد ، نه خوب ، نه بد.

گزارش شده كه *لائوتزو* گفته است: "يك مو تمايز، و بهشت و جهنم ازهم جدا مي شوند."

در ذهن يك مراقبه كننده، حتي اگر يك تمايز جزيي برخيزد، آنوقت تمام دنيا تقسيم مي شود.

مراقبه روندي بدون تمايز است ، بي تمايز. فقط نگاه مي كني و كل را مي بيني و آن را تقسيم نمي كني. نمي گويي: "اين زشت است، آن زيباست، اين بد و آن خوب است." هيچ چيز نمي گويي. فقط هستي.

هيچ چيزي نمي گويي. هيچ تقسيمي ايجاد نمي كني. آن غيردوگانه در آنجا وجود دارد.

در مراقبه، تو خدا مي شوي.مردم فكر مي كنند كه در مراقبه خدا را مي بينند. اين اشتباه است، كسي نيست كه ديده شود. خداوند يك شيئ نيست. در مراقبه، *تو* خدا مي شوي ، زيرا تمام تمايزات ازبين مي روند.

در مراقبه تو با آن كل يكي مي شوي زيرا در مراقبه نمي تواني خودت را از كل جدا كني ، تمام تمايزات فروريخته اند! تو چنان ساكتي كه هيچ مرزي وجود ندارد. هر محدوده يك اختلال است. چنان ساكت شده اي كه من و تويي وجود ندارد. چنان ساكتي كه تمام مرزها محو شده و ازبين

رفته اند. يكتايي وجود دارد، يگانگي وجود دارد. اين چيزي است كه هندوها به آن *براهما* مي گويند ، آن يكتا، آن واحد، وحدت غايي جهان هستي.

اين ذهن است كه تقسيم مي كند، تمايز مي گذارد و مي گويد كه اين اين است و آن، آن است.

در مراقبه فقط بودن هست، بدون هيچ تقسيم و جدايي.

وقتي در مراقبه هستي، خدا هستي. و فقط در مراقبه است كه عشق بي قيدوشرط را خواهي شناخت.

اگر يك پدر باشي، هردو فرزندت فقط فرزند هستند ، بيگانگاني كه از دنيايي ناشناخته آمده اند و وارد دنيايي ناشناخته شده اند و رشد مي كنند و بالغ مي شوند. و تو به سبب عشقت است كه به آنان مي بخشي و زندگيت را و تجربه هايت را با آنان سهيم مي شوي. ، ولي هرگز چيزي را تحميل نمي كني.

و وقتي تحميل نكني، آنوقت چه كسي فرمانبر است و چه كسي عصيانگر؟ وقتي تحميل نكني، چگونه تعيين مي كني كه كدام خوب است و كدام بد؟

و حالا به نكته ي آخر مي رسم. وقتي كه تحميل نكني، چگونه يكي مي تواند مطيع باشد و ديگري نامطيع؟ تمام آن پديده ازبين مي رود. آنوقت آن ديگري را ، فرزند، زن، شوهر، دوست را ، همانگونه كه هست مي پذيري، همچون يك واقعيت.

اگر ما بتوانيم همديگر را همچون يك واقعيت بپذيريم، بدون بايد ها و نبايد ها، بدون هيچ خوب و بد، زندگي هرلحظه بهشت مي شود.

ما رد مي كنيم. حتي اگر كسي را قبول كنيم، تماماً قبول نمي كنيم. مي گوييم: چشمانت خوب هستند، ولي بقيه هرچه هست كثيف است. آيا اين پذيرش است؟ مي گوييم: " اين عمل تو خوب است، ولي بقيه ي كارهايت بد است و مورد قبول نيست و من فقط آنچه را كه خوب است مي پذيرم."

اين يعني: "من فقط آنچه را كه خوشايند من باشد قبول دارم."

شايد ندانيد كه يكديگر را نابود مي كنيد، زيرا هرگاه والدين به كودك بگويند: "ما فقط اين بخش را قبول داريم، نه بخش هاي ديگر را..." وقتي كه زن به شوهرش بگويد: "من فقط اين را در تو مي پذيرم، نه چيزهاي ديگر را.." درواقع چه مي كنيد؟

در ذهن ديگري نيز يك جدايي مي آفرينيد.

وقتي پدر مي گويد: "اين كار را نكن، من قبول ندارم، من از اين كار عصباني هستم."

وقتي كودك را تنبيه مي كند زيرا كه *او* فكر مي كند كه كودك خطايي مرتكب شده ، درواقع چه مي كند؟

وقتي كه كودك را تحسين مي كند و به او اسباب بازي مي دهد و برايش گل و شيريني مي آورد و مي گويد: "كار خوبي كرده اي كه *من* تاييد مي كنم،" او چه مي كند؟ او در كودك يك جدايي خلق مي كند. رفته رفته، كودك نيز همان بخشي را كه والدين مردود كرده اند، رد مي كند. و او اينگونه تقسيم مي شود: به دو " من" تقسيم مي شود.

شايد كودكان خردسال را مشاهده كرده باشيد ، گاهي حتي خودشان را نيز تنبيه مي كنند،

به خودشان مي گويند، "*بابي*، اين خوب نيست. كار بدي كرده اي." آنان شروع مي كنند به ردكردن آن بخشي كه توسط والدين مردود شده بود. آنوقت يك جدايي خلق مي شود. آن بخش مردود شده، بخش ناخودآگاه و سركوب شده مي گردد و آن بخش پذيرفته شده، بخش خودآگاه و وجدان مي شود.

آنوقت تمام زندگيشان يك جهنم مي شود، زيرا آن دوبخش مردود شده و پذيرفته شده به جنگيدن ادامه خواهند داد. يك اغتشاش دايمي ايجاد شده است.

آن بخش مردود شده نمي تواند ازبين برود. اين همان *تو* است، *وجود دارد*! هميشه در درون تو مشغول كار است ، شايد آن را در تاريكي قرار دهي، فقط همين. ولي وقتي كه بخشي از وجودت را در تاريكي قرار بدهي، آن بخش نيروي بيشتري مي يابد، زيرا از طريق تاريكي عمل مي كند و تو نمي تواني آن را ببيني و نمي تواني از آن آگاه باشي. و انتقام خودش را خواهد گرفت.

هروقت كه تو را ناتوان بيابد و آن بخش خودآگاه تو زياد قوي نباشد، بيرون خواهد آمد.

شايد براي بيست و سه ساعت خوب بوده باشي، ولي براي يك ساعت، وقتي كه خودآگاه خسته است، ناخودآگاه خودش را اعلام مي كند.

بنابراين حتي قديسان نيز لحظات گناهكاري خودشان را دارند، حتي قديسان نيز بايد قداست خودشان را ترك گويند. بنابراين اگر قديسي را در حين تعطيلاتش ديدي ، زياد آشفته نشو ، هركسي بايد تعطيلاتي داشته باشد! هركسي خسته مي شود ، تا وقتي كه موجودي با تماميت نشود. آنوقت خستگي وجود ندارد، زيرا حالا بخش ديگري وجود ندارد كه پيوسته بجنگد و دردسر درست كند و خودش را اعلام كند و انتقام بگيرد.

بنابراين ما دو واژه داريم: يكي "مقدس" saint است و ديگري "فرزانه" sage.

قديس هميشه گناهكار را در درونش پنهان دارد، فرزانه موجودي باتماميت است.

فرزانه نمي تواند در تعطيلات باشد، زيرا هميشه در تعطيلات است ، بخش رد شده اي وجود ندارد؛ او همچون يك تماميت كل زندگي مي كند. او همچون يك كل لحظه-به-لحظه زندگي مي كند، هرگز چيزي را رد نمي كند. او خودش را تماماً پذيرفته است.

ولي اين مردود كردن توسط والدين، توسط جامعه ايجاد شده است.

يك كودك خردسال يك كاشف بزرگ است، و البته او اكتشاف خودش را با بدن خود آغاز مي كند. اين نزديك ترين جهان هستي براي اوست. او نمي تواند به كره ي ماه برود، نمي تواند به *اورست* برود ، آن ها خيلي دور هستند، شايد روزي برود، ولي هم اكنون نزديك ترين چيز بدن خودش است. او بدنش را لمس مي كند، از آن لذت مي برد.

كودكي را كه انگشتان پاي خودش را لمس مي كند ببين، مشاهده كن ، چقدر خوشحال است! بيشتر از آن كه تو از رفتن به ماه خوشحال مي شوي!

او بدن خودش را كشف كرده است! او انگشت پايش را لمس مي كند، از آن لذت مي برد، آن را در دهانش مي گذارد. زيرا اين ها روش هاي او براي اكتشاف هستند. آن را مي چشد، مي بويد و لمس مي كند. ولي وقتي به اندام جنسي اش مي رسد، والدين آشفته مي شوند. آشفتگي در والدين است، نه در كودك.

او هيچ تمايزي قايل نيست ، براي او انگشت پا و اندام جنسي يكي هستند. تاكنون هيچ جدايي بين اندام هاي بدنش وجود نداشته است. تمام بدن وجود دارد: انگشتان، چشم ها، دماغ، اندام جنسي، انگشتان پا، همگي يك جريان هستند. تقسيمي بين پايين تنه و بالاتنه وجود ندارد.

هندوها يك مرز دارند. در سراسر دنيا، در تمام فرهنگ ها اين تقسيم بندي وجود دارد.

هندوها مي گويند: هرگز با دست راستت پايين تر از ناف خودت را لمس نكن، زيرا آن بخش پايين تر از ناف كثيف است! با دست چپت آن بخش را لمس كن. بالاي ناف را با دست راست لمس كن!

بدن تقسيم مي شود و اين تقسيم بندي چنان عميقاً در ذهن فرو مي رود كه وقتي مي گويي راست، يعني خوب . مي گوييم تو راست هستي you are right ( يعني حق با تو است!)

و چپ يعني بد! بنابراين اگر مي خواهي كسي را محكوم كني، مي گويي كه او چپگرا است! چپ به معني بد تفسير شده است.

كودك نمي داند كه راست كدام است و چپ كدام است ، كودك يك تماميت است، يك واحد است. او بالاتنه و پايين تنه نمي شناسد ، بدن يك جريان پيوسته و تقسيم نشده است.

او به اكتشاف اندام جنسي خودش مي پردازد و والدين مختل مي شوند. هرگاه يك كودك، چه پسر و چه دختر، به اندام جنسي خودش دست بزند، ما بي درنگ مي گوييم: "دست نزن!" دستش را پس مي زنيم.

كودك يكه مي خورد. يك شوك الكتريكي به او مي دهي. او نمي تواند درك كند كه چه مي كني. و اين بارها اتفاق مي افتد. تو به سر او مي كوبي كه بخشي از بدنش بايد مردود شود، اندام جنسي او بد است. از نظر رواني در او يك عقده ايجاد مي كني.

كودك بزرگ مي شود، ولي هرگز قادر نخواهد بود اندام جنسي خودش را بپذيرد. و اگر نتواني بدنت را در تماميت آن بپذيري، مشكلات و مسائل به وجود خواهند آمد. زيرا آن كودك معاشقه خواهد كرد، وارد عمل جنسي خواهد شد، ولي احساس گناه خواهد داشت... چيزي درست نيست. اشكالي اساسي وجود دارد و او خودش را محكوم و سرزنش مي كند.

او در حين معاشقه، زيباترين چيز در دنيا، خودش را سرزنش مي كند و احساس گناه دارد.

نمي تواند تماماً معاشقه كند. نمي تواند تماماً وارد ديگري شود، زيرا چيزي را پس مي زند. نيمي وارد مي شود ونيمي پس مي كشد. اين توليد تضاد مي كند و عشق يك مصيبت مي شود.

و اين در تمام ابعاد زندگي روي مي دهد. همه چيز مصيبت آور مي شود، زيرا والدين در هر چيزي تقسيم بندي ايجاد كرده اند: "اين خوب است و آن بد است." براي همين است كه شما رنجور هستيد ، به سبب والدين، به دليل جامعه.

همين كار را با فرزندانت انجام نده. اين كاري مشكل خواهد بود، زيرا تو خودت تقسيم شده اي و ميل داري فرزندت را نيز تقسيم كني ، اين عملي ناخودآگاه است!

ولي اگر هشيار شوي... اگر واقعاً مراقبه كني، هشيار خواهي شد.

همان شكاف شخصيتي schizophrenia را در فرزندنت ايجاد نكن. تقسيم نكن، شكاف ايجاد نكن.

تو خودت به قدر كافي رنج برده اي ، همان رنج ها را براي فرزندت خلق نكن.

اگر واقعاً عاشق باشي، او را تقسيم نخواهي كرد ، زيرا تقسيم كردن سبب رنج خواهد بود. به او كمك خواهي كرد تا يكپارچه و كل باقي بماند، زيرا كل بودن يعني مقدس بودن.

و كل بودن امكانات مشعوف بودن را فراهم مي سازد و درها را براي تجربه هاي اوج باز مي كند.چگونه مي تواني به كودك كمك كني تا يكپارچه باقي بماند؟

يك: هشيار بمان، تا او را آگاهانه تقسيم نكني. هيچ چيزي را سرزنش نكن. اگر احساس مي كني كه برايش ضرر دارد، به او بگو كه برايش مضر است، ولي نگو كه بد است ، زيرا وقتي مي گويي"زيان آور" يك واقعيت را بيان مي كني؛ ولي وقتي مي گويي "بد"، يك ارزش گذاري را وارد كرده اي.

والدين بايد خيلي چيزها را به فرزندانشان بگويند، زيرا كودكان نمي دانند. بايد بگويي: "نزديك آتش نرو"، ولي بگو " آتش ضرر دارد، اگر بسوزي درد خواهي كشيد، ولي بااين حال بستگي به خودت دارد. تجربه ي من اين است كه هروقت سوخته ام، دردم گرفته است. و من تجربه ي خودم را برايت مي گويم. ولي اگر بازهم مي خواهي نزديك آتش بروي، مي تواني بروي ، ضرر دارد."

بگو چه چيز مضر است و چه چيز مفيد است، ولي خوب و بد نگو. اگر هشيار باشي، واژگان خوب و بد را از فرهنگ لغاتت حذف مي كني ، زيرا با خوب و بد، ارزش هاي خودت را وارد موضوعات مي كني.

بگو " مضر" ، و بااين حال آزادي بده، زيرا تجربه ي تو نمي تواند تجربه ي كودك بشود. آنان بايد خودشان تجربه كنند. حتي گاهي كارهاي مضر بايد انجام شوند ، تنها آنوقت است كه رشد مي كنند. گاهي بايد زمين بخورند و دردشان بگيرد ، تنها آنوقت است كه مي دانند.آنان مجبورند كه از چيزها عبور كنند : زمين بخورند و زخمي شوند، ولي اين تنها راهي است كه فرد رشد مي كند.

اگر از كودكي خيلي زيادي مراقبت كني رشد نخواهد كرد و مردمان بسياري كودك باقي مانده اند. سن رواني آنان هرگز به وراي كودك نمي رود. آنان پير مي شوند، شايد هفتاد سالشان باشد ولي سن رواني آنان حدود هفت سال باقي مي ماند ، زيرا بسيار زياد تحت مراقبت بوده اند.

به خانواده هاي بسيار ثروتمند نگاه كن: فرزندان آنان خيلي زياد تحت محافظت هستند، هيچ آزادي به آنان داده نمي شود ، كه اشتباه كنند، تجربه كنند و گمراه شوند و از جاده بيرون بزنند. تقريباً هرلحظه كسي آنان را دنبال مي كند ، مستخدم، آموزگار خصوصي، مديره... آنان هرگز تنها نيستند. آنوقت ببين چه برسرشان مي آيد: خانواده هاي ثروتمند تقريباً هميشه فرزنداني ميانحاله mediocre، احمق و نادان به بار مي آورند. ذهن هاي بزرگ هرگز از خانواده هاي بسيار غني بيرون نيامده اند ، خيلي به سختي.

مخترعين هرگز از آن ها نبوده اند، ماجراجوها هرگز جزو آن ها نبوده اند ، نمي توانند باشند. آنان چنان تحت مراقبت و محافظت هستند كه هرگز رشد نمي كنند. براي رشدكردن، حفاظ نداشتن نيز لازم است، حفاظت شدن نيز لازم است ، هردو مورد نياز است.

به يك باغبان نگاه كن كه از درخت هايش نگهداري مي كند: به آن ها كمك مي كند، از آن ها محافظت مي كند ولي بااين حال به آن ها آزادي مي دهد تا خورشيد و باران و طوفان را تجربه كنند. او گياهانش را به داخل خانه نمي برد تا از طوفان و نور خورشيد و از خطراتي كه هميشه در بيرون هستند در امان بمانند.

اگر درختي را به داخل خانه ببري خواهد مرد. يك گياه گرمخانه اي غيرطبيعي است و ما همگي به سبب والديني كه زيادي محافظت كرده اند، گياهان گرمخانه اي شده ايم.

از فرزندان زيادي محافظت نكن و آنان را بدون حفاظت نيز نگذار. همچون سايه آنان را دنبال كن. از آنان مراقبت كن و احتياط كن و تعادلي ايجاد كن ، تا هرگاه خطري مهلك پيش بيايد، از آنان محافظت كني. ولي هرگاه احساس مي كني كه خيلي خطرناك نيست، به آنان اجازه بده.

و هرچه بيشتر رشد كنند، بيشتر اجازه بده. از زماني كه كودك از نظر جنسي بالغ شود، بايد به او آزادي تمام بدهي ، زيرا اينك طبيعت او را يك مرد ساخته است. اينك نيازي نيست خيلي نگران باشي. گاهي حوادثي رخ مي دهند، ولي ارزشش را دارند.

به كودك يك كليت ببخش. بگذار هشياري تو به او سرايت كند.

دوستش بدار، تجربيات خودت را به او بگو، ولي اجازه نده از تجربيات تو پيروي كند. تحميل نكن. اگر به خودي خودش پيروي كرد، خوب است. اگر پيروي نكرد، صبر كن ، عجله اي نيست.

پدر بودن يا مادر بودن بسيار سخت است، دشوارترين چيز در دنياست. و مردم فكر مي كنند كه آسان ترين است.

شنيده ام: زني از بازار با تاكسي به خانه برمي گشت و راننده ي تاكسي ديوانه وار رانندگي مي كرد، زيگزاگ مي راند و هرلحظه امكان تصادف وجود داشت. و خيلي سرعت داشت... زن خيلي خيلي عصبي بود و روي لبه ي صندلي نشسته بود و بارها به راننده گفت:" احتياط كن، تند نرو ، من مي ترسم."

ولي راننده گوش نمي داد. سپس زن گفت: "گوش بده! دوازده بچه در خانه منتظر من هستند، اگر اشكالي پيش بيايد چه برسر آن دوازده بچه خواهد آمد؟"

پس راننده گفت: " و آنوقت *تو* به من مي گويي كه احتياط كنم؟!" گرفتن نكته سخت است! مرد مي گويد: "تو دوازده فرزند به دنيا آورده اي و احتياط نكرده اي و حالا به من مي گويي كه در رانندگي احتياط كنم؟!"

بچه زاييدن كاري آسان است، مشكلي وجود ندارد ، حتي حيوانات نيز به آساني چنين مي كنند. ولي مادر بودن بسيار دشوار است، دشوارترين چيز در دنياست. پدرشدن حتي از آن هم دشوارتر است ، زيرا مادر بودن طبيعي است، پدربودن آنقدرها طبيعي نيست.

"پدر" يك پديده ي اجتماعي است. "پدر" را ما اختراع كرده ايم، در طبيعت وجود ندارد.

پدربودن دشوارتر است، زيرا غريزه اي طبيعي براي آن وجود ندارد. و دشوار است زيرا خلاق ترين عمل است، آفرينش يك موجود انساني.

هشيار باش. آزادي بيشتري بده. تمايز خوب و بد را دركار نياور، هردو را بپذير و بگذار هر دو نوع كودك رشد كنند. به زودي اين كمك كردن به رشد كودكان براي تو يك مراقبه ي عميق مي شود ، و تو نيز با آنان رشد مي كني.

و وقتي كه فرزند تو به يك آري-گو يا به يك نه-گو شكوفا شد.... زيرا نه-گوهاي زيبايي وجود داشته اند: *نيچه* Nietzche يك نه-گو است ، ولي زيبا!

نبوغ او براي نه گفتن چنان پديده اي زيبا و شگفت انگيز است كه اگر مردماني چون *نيچه* نبودند، دنيا چنين غني نمي بود. او *نمي تواند* آري بگويد. برايش مشكل است. تمام وجودش "نه" است.

*بودا* يك نه-گو است. او گفت: *براهما* وجود ندارد، روح وجود ندارد، دنيا وجود ندارد. نمي تواني نه-گويي بزرگتر از او بيابي. او هيچي nothing را برجاي نهاد. او مي گويد: هيچ چيز وجود ندارد. او به نه گفتن ادامه مي دهد، به حذف كردن ادامه مي دهد. مشكل است يك آري از او بگيري ، غيرممكن است.

ولي از آن نه، چه موجود زيبايي تكامل يافت. آن نه مي بايد تمام بوده باشد.

آري-گوياني وجود داشته اند، مخلصين ، *باكتا* ها Bhaktas: *ميرا* ، *چيتانيا* ، يا *مسيح* يا *محمد* ، اين ها آري-گو هستند. و البته دو نوع مذهب وجود دارد: يكي آنكه در اطراف يك نه-گو شكل گرفته و مذهب ديگر در اطراف يك آري-گو. و تو نيز به يكي از آن ها تعلق داري. اگر يك نه-گو باشي، آنوقت *بوديسم* كمكي بزرگ برايت است. اگر يك آري-گو باشي، آنوقت *بوديسم*

نمي تواند ابداً كمكي بكند، ويرانگر خواهد بود. مسيحيت مي تواند كمك كند، هندويسم مي تواند كمك كند.

و به هردو نياز است. منظورم اين است كه هميشه يك تناسبي وجود دارد، مانند تناسب بين مردان و زنان ، تعداد هميشه تقريباً يكسان است. تمام دنيا تقسيم شده است ، نيمي زن و نيمي مرد. و طبيعت چگونه اين نسبت را نگه مي دارد، يك معجزه است. در هر بعد ديگر نيز همين نسبت نگه داشته شده: هميشه در دنيا نيمي آري-گو هستند و نيمي،نه-گو. هميشه نيمي مي توانند راه دانش را دنبال كنند و نيمي راه عشق را.

عشق، آري گفتن است.

دانش هميشه نه مي گويد.

و اين نسبت هميشه توسط طبيعت نگه داشته مي شود.

# عشق به اضافه ي مراقبه، شعار من است

***پرسش دوم***

*اشو جان، درغرب بيشتر روش هاي رشد گروهي هستند ، مانند "گروه هاي برخورد" و "سايكودراما."*

*در شرق باوجويكه معابدي وجود دارند كه سالكان باهم زندگي مي كنند،*

*به نظر مي رسد كه تاكيد روي فرد باشد. در مورد اين دو رويكرد چه مي گوييد؟*

دو روش رشد وجود دارند. مي تواني در راه رشد روحاني تنها بروي، يا مي تواني توسط يك گروه، يك مكتب، كار را دنبال كني.

و اين دو روش هميشه وجود داشته اند، حتي در شرق نيز روش هاي تصوف، گروهي بوده اند. در هند نيز روش هاي گروهي وجود داشته اند، ولي هرگز همچون اسلام يا تصوف فراگير نبوده اند. ولي تاجايي كه به تعداد مربوط مي شود، اين پديده اي تازه است ، كه غرب تماماً گروه گرا است. قبلاً هرگز اين تعداد روش هاي گروهي زنده و اين تعداد مردمي كه در آن ها كار مي كرده اند وجود نداشته است.

پس به نوعي، مي توانيم بگوييم كه شرق با تلاش هاي فردي باقي مانده و اينك غرب به سمت روش هاي گروهي پيش مي رود. چرا چنين است؟ و تفاوت در چيست؟ و چرا اين تفاوت؟

روش گروهي فقط وقتي مي تواند وجود داشته باشد كه نفس تو به نقطه اي رسيده باشد كه حمل آن يك بار سنگين باشد. وقتي كه نفس چنان گرانبار باشد كه تنها بودن يعني در رنج بودن، آنوقت روش هاي گروهي بامعنا خواهند بود ، زيرا در يك گروه مي تواني نفست را درآميزي. اگر نفس تو چنان تكامل نيافته باشد، آنوقت روش هاي انفرادي مي توانند به تو كمك كنند.

مي تواني به كوهستان بروي، مي تواني منزوي باشي و يا حتي در معبدي با يك مرشد زندگي كني و در تنهايي كار كني ، تو مراقبه ي خودت را مي كني و ديگران مراقبه ي خودشان را مي كنند. هرگز باهم كار نمي كنيد.

در هندوستان، هندوها هرگز باهم نيايش نكرده اند. نيايش گروهي همراه با محمديان وارد هند شد. محمديان گروهي نيايش مي كنند. هندوها هميشه در تنهايي نيايش مي كردند، حتي اگر به معبد مي رفتند، تنها مي رفتند. اين رابطه اي يك-به-يك بود ، تو و خداي خودت.

اين وقتي ممكن است كه نفس به آن حدي از رشد نرسيده باشد كه يك بارگران شده باشد.

و در هند، نفس هرگز كمك نشده تا رشد كند ، ما از همان ابتدا با نفس مخالف بوده ايم.

بنابراين در نفس رشد مي كني، ولي نفس مبهم و تيره باقي مي ماند، تو فروتن مي ماني، واقعاً يك موجود نفساني نيستي. در تو نفس يك قله ي پرصلابت نيست، يك زمين مسطح است. تو نفساني هستي، زيرا هركسي بايد باشد، ولي نه يك نفساني مطلق. هميشه فكر مي كني كه اين درست نيست و هميشه خودت را پايين مي آوري.

در موقعيت هاي خاصي مي تواني برانگيخته شوي و نفس تو يك اوج مي شود ، ولي معمولاً نفس تو يك قله نيست، زميني صاف است.

در هند، نفس درست مانند خشم است ، اگر كسي تو را برانگيزد، عصباني مي شوي، اگر كسي تو را برنيانگيزد، خشمگين نيستي. در غرب، نفس يك عنصر هميشگي شده است. مانند خشم نيست، مانند نفس كشيدن است. نيازي به برانگيختن آن نيست، وجود دارد، يك پديده ي هميشگي است.

به سبب همين نفس، يك گروه، چيزي مفيد مي شود. در يك گروه، كاركردن در گروه، آميختن در يك گروه مي تواند به آساني نفس تو را كنار بگذارد.

براي همين است كه نه تنها در مذهب، بلكه در سياست نيز برخي پديده ها وجود دارند كه فقط مي توانند در غرب وجود داشته باشند: براي مثال، *فاشيزم* فقط مي توانست در آلمان ظهور كند و فقط در آنجا ممكن بود، در كشوري كه نفساني ترين كشور در غرب است، غربي ترين است. در سراسر دنيا هيچ چيز همچون يك نفس آلماني وجود ندارد. براي همين بود كه *هيتلر* ممكن شد ، زيرا همه بسيار نفساني هستند و همه نياز به آميختن دارند. در راهپيمايي هاي نازي ها كه ميليون ها نفر باهم رژه مي روند ، مي تواني خودت را گم كني، نيازي نيست كه در آنجا خودت باشي. مي تواني آن رژه بشوي، آن گروه نوازنده بشوي، آن موسيقي، آن صدا، *هيتلر* هيپنوتيزم كننده، يك شخصيت پرجذبه.

همه به *هيتلر* نگاه مي كنند، تمام آن توده در اطراف تو مانند يك اقيانوس مي شود ،تو فقط يك موج مي شوي. احساس خوبي داري، احساس تازگي مي كني، احساس جواني و خوشحالي مي كني.

رنج خودت را از ياد مي بري، تشويش خودت را، تنهايي خودت را، ازخودبيگانگي ات را فراموش مي كني. ديگر تنها نيستي. چنان توده ي عظيمي با تو است و تو با آن هستي. نگراني هاي شخصي و انفرادي تو فرو مي ريزند. ناگهان دريچه اي باز مي شود ، احساس سبكي مي كني، گويي كه پرواز مي كني.

*هیتلر* به این سبب موفق نشد که فلسفه اي بسیار بامعنا داشت ، فلسفه اش مسخره بود، بچه گانه و نپخته بود ، به این سبب موفق نشد که توانست مردم آلمان را متقاعد کند که حق دارد... نکته این نبود.

متقاعدکردن مردم آلمان *بسیار* دشوار است، یکي از دشوارترین چیزهاست. زیرا آنان منطق دان هستند، منطق در ذهنشان است و در تمام امور عقلاني هستند. متقاعد کردن آنان دشوار است. و متقاعد شدن توسط *هیتلر* غیرممکن مي بود. نه، او هرگز سعي نکرد آنان را متقاعد کند. او یك پدیده ي هیپنوتیزم گروهي آفرید. *همان* آنان را متقاعد ساخت.

نکته این نبود که *هیتلر* چه مي گفت. نکته این بود وقتي آنان در گروه بودند، در میان توده ها، چه احساسي داشتند. این چنان تجربه ي سبك کننده اي بود که ارزشش را داشت که این مرد را دنبال کنند.

هرچه که او مي گفت ، درست و غلط و منطقي و غیرمنطقي و احمقانه ، دنبال کردنش خوب بود. آنان چنان از خودشان حوصله شان سررفته بود که مي خواستند توسط توده ها مجذوب شوند. براي همین است که *فاشیزم*، *نازیسم* و انواع دیوانگي هاي گروهي در غرب ممکن شد.

در شرق، فقط ژاپن توانست از آن ها پیروي کند، زیرا ژاپن همتاي شرقي آلمان است. در شرق، ژاپن، غربي ترین کشور است.

همان پدیده در آنجا نیز وجود داشت، پس ژاپن توانست متحد جنون هیتلري شود.

در زمینه هاي دیگر نیز چنین روي مي دهد ، در مذهب نیز و در روانشناسي نیز.

مراقبه ي گروهي در حال رخ دادن است و در آینده، مراقبه ي گروهي براي مدت هاي طولاني وجود خواهد داشت. وقتي صد نفر باهم باشند، تعجب خواهي کرد، به ویژه براي کساني که با ذهن غربي آشنا نیستند مایه ي تعجب خواهد بود ، دست در دست هم، فقط نشسته اند و دست ها را گرفته اند و یکدیگر را احساس مي کنند و احساس سبکي مي کنند. هیچ هندي اینگونه احساس سبکي نخواهد کرد.

او خواهد گفت: "چه بي معني! صد نفر که با هم نشسته اند و دست دردست هم دارند و در حلقه نشسته اند، چگونه مي تواند احساس سبکي بدهد؟ چگونه مي توانید مشعوف شوید؟

فوقش این است که بتوانید عرق دست دیگري را احساس کنید!"

ولي در غرب، اگر صدنفر باهم بنشینند و دست در دست هم داشته باشند، احساس شعف و سبکي مي کنند. چرا؟ زیرا به سبب نفس، حتي نگه داشتن دست دیگري هم غیرممکن شده است.

حتي زن و شوهر نيز باهم نيستند. خانواده هاي به هم پيوسته ازبين رفته اند ، آن يك پديده ي گروهي بود. جامعه ازبين رفته است.

اينك در غرب، جامعه در حقيقت ازميان رفته است. تنها حركت مي كني. در آمريكا ، آمار را مطالعه مي كردم ، هر انسان ظرف سه سال به يك شهر ديگر كوچ مي كند.

حالا در يك روستاي هند، يك انسان نه فقط خودش ، بلكه خانوادهاش هزاران سال است كه در همان روستا زندگي مي كند. او عميقاً در آن خاك ريشه گرفته. او با همه نسبت دارد ، همه را مي شناسد، همه او را مي شناسند. او يك بيگانه نيست، تنها نيست. او همچون بخشي از آن روستاست، هميشه بوده است. در آنجا زاده شده و در آنجا خواهد مرد.

در آمريكا مردم به طور متوسط هر سه سال به شهري جديد مي روند. اين كوچنده ترين تمدني است كه تاكنون وجود داشته است: آواره ها ، نه خانه اي، نه خانواده اي، نه شهري، نه روستايي، نه واقعاً وطني. در سه سال چگونه مي تواني ريشه بگيري؟ هركجا بروي يك بيگانه اي. توده در اطراف تو هست، ولي تو با آن در رابطه نيستي ، بي ارتباط كه باشي، تمام بار روي يك فرد خواهد بود.

با نشستن در يك گروه، در يك گروه برخورد encounter group، يا گروه رشد growth group، با لمس بدن هاي يكديگر، تو بخشي از يك جمع مي شوي. با لمس دست هاي يكديگر و با نگه داشتن دست هاي همديگر، فقط كنار هم دراز كشيدن ...... يك احساس يگانگي به تو دست مي دهد ، يك احساس اوج گرفتن مذهبي اتفاق مي افتد. صدها نفر كه مي رقصند و همديگر را لمس مي كنند و در اطراف هم حركت مي كنند، يكي مي شوند. در هم مي آميزند. نفس براي لحظاتي محو مي شود ، آن آميختن يك عمل نيايشي مي شود.

سياستكاران از آن براي اهداف ويران كننده استفاده مي كنند. و مذهب مي تواند از آن براي يك پديده ي بسيار خلاق استفاده كند ، مي تواند يك مراقبه شود.

در شرق، مردم خيلي زياد در جمع هستند. بنابراين هرگاه بخواهند مذهبي شوند، مي خواهند به *هيماليا* بروند. جامعه خيلي زياد اطرافشان را گرفته. آنان از خودشان به ستوه نيامده اند، از جامعه به ستوه آمده اند.

تفاوت در اين است.

در غرب، تو از خودت به ستوه آمده اي و يك پل مي خواهي كه تو را با جامعه و با ديگران مرتبط سازد: چگونه آن پل را بسازي، چگونه با ديگري حركت كني تا بتواني خودت را

فراموش كني. در شرق مردم از جامعه به ستوه آمده اند، مدت هاي زياد با آن زندگي كرده اند و جامعه چنان از همه طرف احاطه شان كرده كه احساس هيچونه آزادي ندارند. بنابراين هرگاه شخصي بخواهد آزاد باشد، ساكت باشد، به *هيماليا* مي گريزد.

در غرب، توبه جامعه مي گريزي و در شرق مردم از جامعه فرار مي كنند.

براي همين است كه در شرق روش هاي انفرادي وجود داشته است و در غرب، روش هاي گروهي.

من چه مي كنم؟ ، زيرا روش من تركيبي است. در نخستين قدم هاي مراقبه ي پويا، تو بخشي از يك گروه هستي، در آخرين قسمت، گروه ازبين مي رود ، تنها هستي.

و من براي يك دليل خاص اين كار را مي كنم، زيرا اينك ديگر شرق و غرب بي ربط شده است. شرق به سمت غرب روي آورده است و غرب به سمت شرق آمده است.

تا آخر اين قرن، شرق و غربي باقي نخواهد ماند ، يك دنيا. اين تقسيمات جغرافيايي خيلي وقت است كه وجود داشته، ديگر نمي تواند وجود داشته باشد.

تكنولوژي پيشاپيش شرق و غرب را ازبين برده است، ديگر وجود خارجي ندارند، ولي به سبب عادت ديرينه ي ذهن، ادامه دارد. فقط همچون يك پديده ي ذهني وجود دارد، درواقع ديگر وجود ندارد. تا آخر اين قرن، نه شرق وجود خواهد داشت و نه غرب ، فقط يك دنيا. پيشاپيش چنين شده است. آنان كه مي توانند ببينند، مي توانند از هم اكنون اين را ببينند.

يك تركيب مورد نياز است، هم گروهي و هم فردي. در ابتدا در يك گروه كار مي كني، در انتها، تماماً خودت مي شوي. از جامعه شروع كن و به خودت برس.

از جمع فرار نكن ، در دنيا باش، ولي از آن نباش.

در رابطه باش، ولي بااين وجود تنها باش.

عشق بورز و مراقبه كن. مراقبه كن و عشق بورز.

آنچه كه قبلش اتفاق بيفتد، نكته نيست، هرآنچه كه به دنبالش بيايد، نكته نيست

اگر مرد هستي، مراقبه كن و عشق بورز. اگر زن هستي، عشق بورز و مراقبه كن ، ولي انتخاب نكن.

عشق به اضافه ي مراقبه شعار من است.

# با وجود خودت سهيم شو

## *صبح پانزدهم*

## *24 مي 1974*

*اشو جان، اين هفته به ما گفتيد كه ما نبايد خودمان را درگير و متوجه ديگران كنيم.*

*ولي بيشتر ما كه از غرب آمده ايم دوستان و بستگاني داريم كه مايليم*

*آنچه را كه يافته ايم با ايشان سهيم شويم.*

*درمورد سانياس چه بايد به آنان بگوييم؟*

*درمورد شما چه بايد به آنان بگوييم؟*

*چگونه مي توانيم غيرقابل وصف را توصيف كنيم؟*

چيزهايي وجود دارند كه نمي توانند گفته شوند. نمي تواني آن ها را شفاهاً سهيم شوي، ولي راهي براي سهيم شدنشان وجود دارد ، و آن توسط وجود خودت است.

يك سالك باش، اين تنها راهي است كه به ديگران بگويي سلوك چيست.

اگر تو يك *سانياسي* sannyasi باشي، تمام وجودت آنچه را كه نگفتني است، خواهد گفت.

آنگاه تمام روش زندگي تو داستان هايي را بازگو خواهند كرد كه قابل تصور نيست.

زبان ناتوان است. زبان نمي تواند چيزي را كه زنده است بيان كند، فقط مي تواند چيزهاي مرده را بيان كند. مي تواني چيزهايي در مورد سلوك بيان كني، ولي واقعي نخواهد بود.

چگونه مي تواني چيزي در مورد *سانياس* بگويي؟ ، *سانياس* يك شكوفايي درون است، يك آزادي درون است، يك سرور دروني است، يك موهبت است.

البته، مي تواني آن را سهيم شوي، ولي آن سهيم شدن از طريق وجود خودت خواهد بود، توسط خود وجودت ، طوري كه راه مي روي، طرزي كه مي نشيني، نوعي كه نگاه مي كني، چشمانت، بدنت ، خود آن نفس و دمي كه داري.

سكوتي كه تو را احاطه كرده، سروري كه برتو بارش دارد، ارتعاش تو.... همگي خبر خواهند داد و فقط اين ها مي توانند بازگو كنند.

يك سالك باش. اين تنها راه است. و *سانياس* چيست؟ ، آزادي از ذهن است.

اگر نتواني ذهن را درك كني، فهميدن *سانياس* كاري دشوار خواهد بود.

ذهن، گذشته ي انباشت شده است. تمام آنچه تجربه كرده اي، تمام آنچه را كه شناخته اي، تمام چيزهايي را كه زندگي كرده اي در حافظه انباشته شده است. آن گذشته ي انباشته شده، ذهن است. بنابراين ذهن هميشه مرده است، زيرا به گذشته تعلق دارد.

ذهن هميشه مرده است ، هرگز زنده نيست. هرگاه چيزي بميرد، جزيي از ذهن مي شود.

درست مانند غباري است كه مسافر جمع مي كند. تو در اينك و اينجا قرار داري و ذهن هميشه در گذشته است. ذهن سايه ي توست كه تو را دنبال مي كند.

*سانياس* يعني رهايي از گذشته، زندگي كردن در حال ، حمل نكردن گذشته ي مرده، گرانبار نبودن از آن. لحظه-به-لحظه بر گذشته بمير، گويي كه هرگز وجود نداشته است، گويي كه تازه متولد مي شوي. هرلحظه تازه و جوان باش. گذشته را كنار بگذار.

غبار جمع آوري نكن.

اگر غبار جمع كني هر روز گنگ تر و گنگ تر خواهي شد، آگاهي تو پوشيده مي شود، وجود آينه گون تو ديگر چيزي را بازتاب نخواهد كرد. هرچه بيشتر با گذشته زندگي كني آن آينه بيشتر از غبار پوشيده مي شود. بازتاب نخواهد داشت. كمتر و كمتر حساس خواهي بود. اين چيزي است كه اتفاق افتاده.

*سانياس* يعني يك تحول ، با نگاه كردن به گذشته، درك اينكه بي فايده است، زيرا كه ديگر نيست، درك اينكه عبث است و باري سنگين، آن را كنار مي نهي.

آنگاه در اينك و اينجا قرار داري ، *همين* لحظه در حال، در فراواني حال.

*سانياس* يعني زندگي كردن بدون زمان: تاثير نگرفتن از گذشته و حمل نشدن توسط آينده.

بدون سنگيني گذشته و بدون ميلي براي آينده.

*سانياس* يعني زندگي كردن بي مقصد و بي هدف.

اگر كسي بگويد كه *سانياس* وسيله اي است براي دستيابي به خداوند، حرفي بي معني زده است. *سانياس* براي به دست آوردن هيچ چيز نيست. *سانياس* يعني طوري زندگي كردن كه گويي همه چيز را به دست آورده اي. *سانياس* يك خواسته نيست ، زيرا تفاوتي ندارد كه خواهش پول و مقام داشته باشي يا خواهان خدا و *موكشا* (رهايي) moksha باشي. هيچ فرقي ندارد! مكانيسم اساسي همان باقي مي ماند: تو مي خواهي.

و هرگاه خواسته داشته باشي، آينده وارد مي شود. و هرگاه آينده وجود داشته باشد، چيزي نيست به جز فرافكني گذشته. آينده چيزي نيست به جز شناخته هايي كه تغيير يافته اند.

آينده هرگز چيزي ناشناخته نيست. چگونه مي تواني ناشناخته را بخواهي؟ چيزي را كه نمي شناسي ، چگونه مي تواني آن را بخواهي؟

خداوند را نمي توان آرزو كرد. اگر آرزو كني، چيز ديگري است. زيرا خداوند ناشناخته است، چگونه مي تواني آن را بخواهي؟ خداوند چيزي تجربه نشده است، چگونه مي تواني آن را آرزو كني؟

مي تواني سكس را بخواهي، مي تواني مقام را بخواهي، مي تواني نفس را بخواهي، زيرا اين ها را شناخته اي. براي زندگاني هاي بسيار و بسيار اين ها را شناخته اي. ولي چگونه مي تواني خداوند را بخواهي؟ چگونه مي تواني عشق را بخواهي؟ چگونه مي تواني شعف را بخواهي؟ تو هرگز اين ها را نشناخته اي، پس خواستن آن ها غيرممكن است.

براي همين است كه تمام متون مذهبي و تمام *بودا* ها مي گويند: خداوند وقتي برايت رخ مي دهد كه بي خواهش شده باشي. *موكشا* به سراغت مي آيد، تو هرگز به *موكشا* نمي روي. نمي تواني بروي ، زيرا آن را نمي شناسي. *نيروانا* وقتي برايت رخ مي دهد كه تو بي خواهش شده باشي.

*سانياس* يعني بي خواهشي، و بي خواهشي يعني زندگي در زمان حال.

و به ياد بسپار، زمان حال بخشي از زمان نيست ، حال، وراي زمان است.

زمان فقط وقتي مي آيد كه تو به گذشته و يا آينده فكر كني. همين لحظه ي حال جزيي از زمان نيست. همين لحظه ي حال روي ساعت تو ثبت نمي شود، زيرا ساعت هميشه در جهت آينده حركت مي كند. ساعت هرگز در اينك و اينجا قرار ندارد. زمان ساعتي از گذشته مي آيد و به آينده حركت مي كند.

خواهش، حركت در آينده، راهي براي خواستن است؛ خواهش بودن در اينك و اينجا و لذت بردن از لحظه ي حال، راهي ديگر براي خواستن است. و راه دوم، بي خواهش بودن است، زيرا در آينده حركت نمي كني.

انساني كه بي خواهش باشد، مرده نيست. بيشتر از تو زنده است، زيرا خواستن او در اينك و اينجا متراكم شده است. اگر مشغول خوردن غذايش است، حتي نمي تواني تصور كني كه چقدر خوشوقت است ، خوردن يك غذاي معمولي، فقط نان و كره ، زيرا تمام وجودش اينجاست. او فقط چيزها را به درون پرتاب نمي كند.

انساني كه در آينده زندگي مي كند هرگز خوب نمي خورد. او فقط خوراك را به درونش پرتاب مي كند او توجهي به خوردن ندارد، زيرا ذهنش درگير آينده است. او در جاه طلبي زندگي

مي كند. نمي تواند خوب غذا بخورد. مي تواند فكر كند كه فردا چه خواهد خورد، ولي در همين لحظه نمي تواند بخورد. مي تواند تصور كند كه فردا چه نوع خوراك و در كجا غذا بخورد، ولي امروز او خالي و تهي است.

و متاسفانه، هر فردايي امروز مي شود و او تمام زندگيش را به هدر مي دهد.

وقتي كه عشقبازي مي كند، هيچ احساسي ندارد، ناكام است ، ولي به زني ديگر فكر مي كند كه در آينده تصاحب خواهد كرد. و بارديگر همين اتفاق مي افتد ، با هر زن، با هر مرد ، زيرا ديدار در اينك و اينجا صورت مي گيرد و ذهن هميشه در حركت است.

او قادر به عشقبازي نيست. نمي تواند خوب غذا بخورد. قادر نيست از سروري كه طبيعت مي بخشد و هرلحظه او را فراگرفته لذت ببرد.

درست مانند پاييز كه برگ ها پيوسته در سكوت فرو مي ريزند، سرور نيز پيوسته در سكوت بارش مي كند، بدون اينكه صدايي بكند. همه چيز زيباست، همه چيز موهبت است، ولي تو حضور نداري.

بنابراين *سانياسي* كسي نيست كه اميالش را كشته باشد. *سانياسي* كسي است كه تمامي نيروهاي خواسته اش را به اينك و اينجا آورده باشد. او با تماميت وجود زندگي مي كند. هر عملي كه انجام مي دهد تماماً جذب آن عمل است. هيچ چيز را در پشت سر نگه نداشته است. او تقسيم نشده است. وقتي غذا مي خورد، خوردن مي شود، وقتي عشقبازي مي كند، عشق مي شود، وقتي درحال حركت است، حركت مي شود.

*بودا* گفته است ، و تعداد اندكي درك كرده اند كه چه گفته ، : "وقتي حركت مي كني، فقط حركت وجود دارد، نه حركت كننده؛ وقتي سخن مي گويي، فقط سخن گفتن وجود دارد، نه گوينده؛ وقتي گوش مي دهي، فقط شنيدن وجود دارد، نه شنونده؛ وقتي نظاره مي كني، فقط نظارت وجود دارد، نه ناظر."

اين چيزي است كه يك *سانياسي* است. فعاليت او چنان تماميت دارد كه فاعل در فعل گم مي شود. كسي در پشت سر نايستاده است ، تقسيمي وجود ندارد. كاملاً حركت كرده اي؛ تماماً در عمل جاري شده اي، هر عملي كه باشد. آنگاه لذت كامل مي شود.

بنابراين *سانياسي*، كسي كه بي خواهش شده است، انساني با خواسته هاي مرده نيست. او كسي است كه تمام نيروهاي خواهش او، تمام آن انرژي هايي كه مي توانند بخواهند در لحظه ي حال گردآمده اند. در آينده جاري نيستند ، در لحظه ي حاضر جمع شده اند. خواسته هاي او در اينك و اينجا متمركز گشته اند.

او يك دنيا شده است. همه چيز به سمت او باز مي گردد. هيچ چيز به آينده نمي رود ، زيرا آينده كاذب است، وجود ندارد.

اگر خواسته هاي تو به آينده مي روند، همچون رودخانه اي است كه به كوير مي ريزد. گم خواهد شد، هرگز به دريا نمي رسد. هرگز آن شعفي را تجربه نمي كند كه رودخانه اي كه به دريا مي رسد تجربه مي كند.

وقتي كه رودخانه به اقيانوس مي پيوندد، آن انزال، آن رقص، آن شعف و آن بركت در سراسر رودخانه احساس مي شود. اين حالت وقتي كه رودخانه به كوير مي ريزد و گم مي شود به رودخانه دست نمي دهد.

در آنجا رودخانه بخار مي شود و مي ميرد. هيچ ارتباطي با جهان هستي برقرار نمي شود.

وقتي كه خواهش ها به آينده جاري مي شوند، رودخانه ي خواهش ها به كوير ريخته شده است.

آينده در هيچ جا وجود ندارد، هميشه در حال است.

آينده ساخته ي ذهن است ، دروغين است، روياست. يك *سانياسي* در واقعيت زندگي مي كند، نه در رويا.او از واقعيت لذت مي برد.

پس اين را به ياد بسپار: من بارها و بارها تاكيد مي كنم كه يك *سانياسي* كسي نيست كه با زندگي مخالف باشد. درحقيقت، او كسي است كه طرفدار زندگي است. و *سانياسي* كسي نيست كه تمام وجود و خواسته هايش را كشته باشد و موجودي مرده شده باشد. او زندگي در فراواني خودش است، او منبعي عظيم از سرزندگي است.

چه اتفاقي مي افتد؟ ، زيرا اين بسيار ظريف است ، چه مي شود؟

تفاوت چه خواهد بود؟ احساس گرسنگي مي كني. شروع مي كني به فكر كردن درباره ي غذا. هرگز گرسنگي را در تماميتش احساس نمي كني، وگرنه زيبايي خودش را دارد. و انساني كه نتواند گرسنگي را احساس كند، پيشاپيش مرده است. وقتي كه گرسنه باشي، گرسنگي در زمان حال است و تو به غذا فكر مي كني. وقتي غذا وجود دارد، شروع مي كني به فكركردن در مورد غذاي بعدي كه فردا چه خواهي خورد.

يك *سانياسي*، كسي كه در حال زندگي مي كند، وقتي كه گرسنه است، از گرسنگي لذت مي برد. او تماماً گرسنه است، گرسنگي مي شود. هر سلول از بدنش در انتظار خوراك است ، مانند اينكه چندين روز است كه باران نباريده و زمين در انتظار باران است. هر منفذ زمين دعا مي كند، صبر مي كند و دعوت مي كند. تمام بدن در انتظار است و در دعوت است و از گرسنگي لذت مي برد. آنوقت غذا حاضر است. آنوقت از خوراك لذت مي برد و رضايت

سراسر بدنش را فرا مي گيرد و در تمام بدن، ذهن و روحش منتشر مي شود. او از اين رضايت لذت مي برد.
از يكي از مرشدان *ذن* پرسيدند: "مراقبه چيست؟"
گفت: "وقتي گرسنه ام، غذا مي خورم و وقتي خوابم بيايد، به خواب مي روم."
سوال كننده نتوانست بفهمد و گفت: "من در مورد مراقبه سوال مي كنم نه در مورد تو."
مرشد گفت: "اين تنها چيزي است كه ما در مورد مراقبه مي دانيم ، وقتي احساس گرسنگي مي كنم، احساس گرسنگي مي كنم. تقسيمي وجود ندارد. وقتي غذا مي خورم، غذا مي خورم و وقتي خوابم مي گيرد، به خواب مي روم."
جنگي با زندگي وجود ندارد، مقاومتي نيست ، تسليم، شناوربودن، ابري سپيد شدن.
*سالك* ابري سپيد است كه در آسمان آبي حركت مي كند ، از هرلحظه اي كه خداوند عطا كرده لذت مي برد و از هر بركتي كه نزدش مي آيد لذت مي برد.
اگر اين ممكن باشد... و ممكن هست. براي بسياري اتفاق افتاده و مي تواند براي تو نيز رخ بدهد.
فقط به يك ادراك عميق نياز است. آنوقت *كارما* karma انباشته نمي شود. آنوقت هيچ چيز انباشته نمي كني. غذا مي خوري، عشق مي ورزي، همه كار مي كني ، ولي چنان با تماميت انجام مي دهي كه نفسي وجود ندارد تا از آن خاطره اي انباشته كني. هرگز نمي گويي: "من اينكار را كردم." چگونه مي تواني بگويي؟ وقتي كه عمل وجود داشت، عامل وجود نداشت. پس چگونه مي تواني بگويي كه من اين كار را كردم؟
اگر از يك *سانياسي* بپرسي كه آيا گرسنه بودي غذايت را خوردي؟
او خواهد گفت: "من گرسنه نبودم و من غذا نخوردم ، گرسنگي وجود داشت و گرسنگي غذا خورد، من عملي انجام ندادم، من آنجا نبودم."
اگر تو وجود نداشته باشي، اگر فاعل وجود نداشته باشد، چه كسي *كارما* انباشته مي كند؟
اين چيزي است كه *كريشنا* به *آرجونا* مي گويد: "هركاري كه برايت اتفاق مي افتد انجام بده، هر تقاضايي كه موقعيت ايجاب مي كند، انجامش بده. و كننده را فراموش كن."
فكر نكن: من انجام مي دهم. بلكه فكر كن: خداوند از طريق من انجام مي دهد.
اين راه ديگري براي گفتن همان چيز است.
خداوند از طريق من انجام مي دهد. من فقط يك *نيميتا* nimitta هستم، يك وسيله، يك گذرگاه، يك ابزار. من فقط يك ني هستم، ني توخالي، چيزي در درونم نيست و خداوند به نواختن ادامه

مي دهد و نواهاي تازهبر مي آورد و ترانه هاي تازه مي سازد ، فقط يك گذرگاه، يك ني توخالي.

يك *سانياسي*، يك ني تو خالي است، يك گذرگاه. او وجود ندارد. اتفاقات زيادي در اطرافش روي مي دهد، اتفاقات زياد توسط او روي مي دهد، ولي او وجود ندارد.

يك *سانياسي* شو، زيرا اين... اين زيباست!

همين مقدار به ذهنت مي آيد كه بايد سهيم شوي. تو در اينجايي.

مادرت در خانه منتظر است ، همسرت، شوهرت، فرزندانت. و عشق هميشه سهيم مي شود. بازخواهي گشت. هيچ چيز قابل رويت با خودت نخواهي برد ، هديه اي با خود نمي بري، چيزي تزييني يا چيزهاي ديگر از اين كشور ، چيزي نامريي با خودت مي بري. اين چيز نامريي را نمي توان در موردش صحبت كرد، زيرا با خودت يك فلسفه همراه نمي بري. من به شما فلسفه اي نمي دهم، هيچ ايدئولوژي نمي دهم ، نوعي ديگر از زندگي مي دهم، نوعي بودن.

گفتنش به آنان دشوار خواهد بود. اگر مستقيماً سوال كنند، دشوار خواهد بود.

و سعي نكن چيزي بگويي، زيرا كمكي نخواهد كرد ، شايد مشكل بيشتري درست كند.

درعوض، برايشان باز باش تا بتوانند سهيم شوند. درعوض، آسيب پذير باش.

با آنان باش ، بخند، لذت ببر، بخور، مراقبه كن و به آنان بگو كه وجودت را، راه جديدي از زندگي را كه برايت اتفاق افتاده سهيم شوند.

خود حضور تو، وجودت كه مي خندد و لذت مي برد، مسري مي شود. سرايت مي كند!

و آنان اين را احساس خواهند كرد.

اين زمان مي برد. آسان نخواهد بود ، دشوار خواهد بود.

پس قبل از آن كه بروي، آماده شو. براي سهيم كردن آماده شو.

و هميشه چنين نيست كه آنان درك كنند. در ابتدا سوء تفاهم وجود خواهد داشت، احتمال سوء تفاهم بيشتر است ، زيرا آنان هرگز در اين مورد فكر نكرده اند. برايشان ناشناخته است.

و هرگاه ناشناخته بردر بكوبد، ذهن مي هراسد، زيرا ذهن نمي تواند آن را طبقه بندي كند، نمي تواند آن را شناسايي كند. ناشناخته هميشه درهم شكننده و ضربه زننده است. اگر ذهن بتواند چيزي را طبقه بندي كند، آن را در گوشه اي قرار دهد و بگويد: "اين اين است،" برچسبي بزند، هميشه خوشحال است... تمام است. ذهن هميشه خوشحال مي شود كه بتواند چيزي را تجزيه كند ، تقسيمش كند، آن را ببرد، به درونش نگاه كند و كارش با آن تمام شود.

ولي *سانياس* را نمي توان طبقه بندي كرد. اين يك طبقه نيست.
چنان كيفيت متفاوتي از بودش است كه هيچ طبقه اي براي آن وجود ندارد.
نمي توان آن را تحليل كرد. نمي توان آن را به اجزايي تقسيم كرد ، يك مكانيسم نيست.
نمي تواني آن را بشكافي و قطعاتش را بيرون بياوري و دوباره به هم وصل كني. نه، اين يك واحد زنده است. اگر آن را تجزيه كني، ديگر وجود نخواهد داشت ، و هرگز دوباره نخواهي توانست آن را به هم متصل كني. غيرممكن است.
*سانياس* يك نيروي زنده است ، يك چيز آلي، همچون يك گل. يك گل را تجزيه كن: گلبرگ هايش را بچين، داخلش را نگاه كن، راضي باش كه جست و جو كرده اي، آنوقت سعي كن دوباره آن را به هم وصل كني ، تا آن زمان، آن گل ازبين رفته است!
گلبرگ ها مرده اند و هرگز نمي توانند دوباره به همان ترتيب به هم متصل شوند، زيرا آن گل يك واحد زنده بود، يك مكانيسم نبود.
*سانياس* يك شكوفايي است، شكوفايي معرفت انساني ، درست همانطور كه گل ها روي درخت شكوفا مي شوند، اين نشان مي دهد كه آن درخت به تكامل خودش رسيده است. دير يا زود ميوه ها به دنبال خواهند آمد. گل ها فقط نشاني هايي هستند كه درخت آماده ي ميوه دادن است. درخت آماده است، ارضاء شده است. گل ها فقط شعف درخت هستند، پيش از ميوه دادنش، زيرا ميوه دادن يعني ارضا شدن. آن درخت به اوج و غايت وجود خودش رسيده است. خوشحال است، از آن لذت مي برد. بودنش عبث نبوده است. اينك ميوه ها در راه هستند، درخت مشعوف است و گل مي دهد.
*سانياس* شكوفايي است و *موكشا* آن ميوه است. *سانياس* يعني كه اينك وجود دروني تو، درخت درونت به نقطه اي رسيده كه آن جهش، آن انفجار رخ خواهد داد. قبل از آنكه روي بدهد، تمامي وجود از آن لذت مي برد. تو ارضا شده اي. يك اتلاف نبوده است. براي زندگاني هاي بسيار صبر كرده اي و اكنون در راه است. چقدر انتظار، چقدر شكيبايي... ولي تمام آن بامعنا بوده.
اينك دست يافته اي، حالا رسيده اي. تمامي وجود شكوفا مي گردد.
هندو ها رنگ هاي قرمز، نارنجي و اخرا را براي *سانياس* برگزيده اند، به دليل گل ها.
در طبيعت رنگ هاي اصلي سبز و قرمز هستند. سبز رنگ درخت است و قرمز رنگ گل. وجود تو به يك شكوفايي رسيده است. به زودي ميوه در پي خواهد آمد. به زودي آن دانه ها خواهند آمد. اين شكوفايي را با خودت ببر.

و اين خوب است كه فكر مي كني چگونه اين تجربه را با عزيرانت، با دوستان و زن و شوهر و خانوادهات سهيم شوي: "چگونه سهيم شوم؟" اين زيباست، خوب است.

فكر اينكه چيزي به اين زيبايي را با ديگران سهيم شوي، فضيلت دارد.

ولي فقط وقتي مي تواني آن را سهيم شوي كه برايت رخ داده باشد. اگر فقط به من گوش داده باشي و به آن گل ها فكر كرده باشي و خودت شكوفا نشده باشي، نمي تواني سهيم شوي. اگر حرف هاي مرا بگيري، آن ها گل هاي واقعي نيستند، زيرا كلام نمي تواند واقعي باشد ، گل هاي مصنوعي هستند. مي تواني حملشان كني، مي تواني به دوستانت بدهي، ولي عطري در آن ها نخواهد بود. و آن ها چيزهايي را كه من به تو گفتم نخواهند گفت. آن ها هيچ چيزي را منتقل نخواهند كرد. هيچ ارتباطي توسط آن ها صورت نخواهد گرفت.

بنابراين اگر مي خواهي *سانياس* را، مراقبه را سهيم شوي، مراقبه گون باش.

هرچه بيشتر و بيشتر در اين روش زندگي درگير شو.

بي خواهش باش و بااين حال از هر خواسته اي، وقتي كه آمد، لذت ببر.

وقتي كه اتفاق افتاد، از آن همچون يك هديه، يك موهبت لذت ببر ، ولي هرگز آن را درخواست نكن، هرگز برايش نقشه نكش و در موردش فكر نكن. با تماميت وجودت زندگي كن ، نه توسط افكار.

فكر نيرويي فاسدكننده است. همه چيز را مطلقاً فاسد مي كند، زيرا فكر حيله گر است ، تجلي حيله گري است. هرچه بيشتر بتواني فكر كني، حيله گر تر مي شوي. فكر خواهي كرد كه اين زرنگي است، فكر مي كني كه هوشمندي است. چنين نيست... زيرا اگر هوشمندي وجود داشته باشد، نيازي به افكار نيست. هوشمندي كفايت مي كند، نيازي به افكار نيست. چون هوشمندي وجود ندارد به افكار نياز داري. اگر هوشمندي وجود داشته باشد، آنوقت لحظه-به-لحظه واكنش نشان مي دهي. نيازي نيست كه فكر كني بعداً چه بايد بكني، زيرا وقتي لحظه ي بعد بيايد، هوشمندي وجود خواهدداشت و تو پاسخ خواهي داد.

يك آينه هرگز فكر نمي كند: "وقتي نفر بعدي در برابرم قرار بگيرد چه كنم؟" نيازي نيست! آينه آنجا هست و نشان مي دهد. اگر هوشمندي وجود داشته باشد، هرگز در مورد مشكل بعدي فكر نخواهي كرد، زيرا وقتي مشكل بيايد، تو هوشمند هستي و همان هوشمندي واكنش نشان خواهد داد. تو به آن اعتماد داري.

ما چون هوشمندي نداريم، در موردش فكر مي كنيم. فكركردن يك جايگزين است. هرچه هوشمندي بيشتر باشد، تفكر كمتر است. وقتي هوشمندي كامل باشد، فكركردن وجود ندارد.

يك *بودا* هرگز فكر نمي كند ، نيازي نيست! هرچه را زندگي پيش بياورد، او واكنش نشان مي دهد.
تو فكر مي كني، زيرا نمي تواني به هوشمندي خودت اتكا كني، پس بايد ازپيش نقشه بريزي. وقتي آن لحظه فرارسيد، تو ازآن نقشه اي پيروي مي كني كه قبلاً در گذشته آماده كرده اي. اين چه نوع زندگي است؟ تو از روي گذشته زندگي مي كني! براي همين است كه اشتباهات بسيار و بي جهتي را مرتكب مي شوي و همه چيز فاسد و مرده مي گردد، زيرا هميشه توسط گذشته عمل كرده اي.
و زندگي ادامه دارد، هرلحظه تازه، همچون رودخانه، در تغيير. اين تغيير هرگز متوقف نمي شود، و تو در گذشته متوقف شده اي. و تو با خودت نقشه اي حمل مي كني. هرگاه زندگي مشكلي به تو مي دهد، به حافظه ات نگاه مي كني، به آن نقشه، به برنامه ريزي ، و سپس براساس آن عمل مي كني. از دست داده اي.
زندگي هميشه تازه است. نقشه ها هميشه كهنه اند.
زندگي درست مانند آسمان است كه در آن پرندگاني درحال پرواز هستند. آن ها هرگز نشاني برجاي نمي گذارند، جاده اي وجود ندارد. وقتي كه پروازشان تمام شود، آسمان همانقدر خالي است كه قبلاً بود.
مانند زمين نيست كه مردم راه مي رود و از راه رفتنشان، از جاپاي آنان، جاده اي درست شود. زندگي مانند آسمان است، هيچ جاده اي ساخته نمي شود.
يك *سانياس* مانند پرنده اي است كه در آسمان پرواز مي كند ، هيچ جاي پايي را دنبال نمي كند، هيچ جاده اي را دنبال نمي كند، زيرا هيچ جاده اي وجود ندارد.
او لحظه-به-لحظه حركت مي كند، توسط هوشمندي زمان حال خودش، نه توسط حافظه ي گذشته.
ببين! ما كاري درست مخالف با اين انجام داده ايم ، همه چيز را يك برنامه ريزي كرده ايم: حتي شوهري كه از كار به خانه برمي گردد در اين فكر است كه چگونه با همسرش ديدار كند، در درونش برنامه ريزي مي كند، با خودش حرف مي زند. اين را خواهد گفت، دستش را چنين لمس مي كند، بوسه اي طولاني به او مي دهد ، يا چيزي از اين قبيل. چه نيازي است كه در موردش برنامه ريزي كني؟ آيا هيچ عشقي نداري؟
اگر عشق نباشد،آنوقت برنامه ريزي لازم است، زيرا نمي تواني به خودت متكي باشي، شايد كاملاً فراموش كني. اگر ازقبل برنامه ريزي نكني، شايد به خانه برسي و كاملاً ازياد ببري كه

زنت تمام روز درخانه منتظر بوده ، برايت غذا آماده كرده، لباس هايت را شسته... او تمام روز را انتظار كشيده و بي صبر شده است.

و حالا كه به خانه آمده اي حتي به او نگاه هم نمي كني. درصندلي خودت مي نشيني و شروع مي كني به روزنامه خواندن، يا راديو را باز مي كني يا تلويزيون نگاه مي كني، گويي كه او وجود ندارد. تو از اين مي ترسي ، مي ترسي كه چنين كاري بكني. پس نقشه مي ريزي. آن را نكته اي مي كني تا ازياد نبري. بايد به خودت يادآوري كني كه با همسرت، با معشوقت چگونه رفتار كني.

اين چگونه عشقي است كه بدون نقشه ريختن نمي تواند واكنش نشان دهد؟

اگر عشق وجود داشته باشد، فكركردن در موردش وجود ندارد. همين نيز در مورد هوشمندي صادق است. اگر هوشمندي وجود داشته باشد، نيازي نيست به آن فكر كني. تفكر يك جايگزين است.

و فكر بسيار حيله گر و زرنگ است. مي تواند توهم واقعي بودن را بيافريند ، كه اين زرنگ بودن است. مي تواني بدون لبخندزدن، لبخند بزني. لبخند به لبت مي آيد، ولي فقط روي لب هاست، يك لبخند نقاشي شده ، ابداً به تو ربطي ندارد. پلي وجود ندارد، از مركز وجودت نمي جوشد. آن لبخند از تو برنيامده است، فقط آن را به صورت زده اي، يك نقاب است. فكر مي تواند چنين كند، و سپس رفته رفته، بيشتر و بيشتر دروغين مي شوي. حيله گري يعني آفرينش يك زندگاني كاذب در اطراف خودت.

يك *سانياسي* موجودي واقعي است. اگر لبخند بزند، آن لبخند از وجودش برمي آيد. اگر خشمگين باشد، آن خشم از وجودش بيرون مي آيد. اگر عشق بورزد، از وجودش عشق مي ورزد. او كاذب نيست، قلابي نيست. واقعي و اصيل است. مي تواني به او اطمينان كني.

اگر عاشق باشد، عاشق است. اگر دوست باشد، دوست است.

اگر نباشد، مي تواني روي او حساب كني، نيست. ولي فريب كار نيست.

منظور من از يك انسان باتقوا ، اصيل و قابل اعتماد ، همين است. هر آنچه را كه دارد، واقعاً دارد. او نقاب نمي زند، چهره هاي دروغين ندارد. او با واقعيت زندگي مي كند.

و به ياد بسپار: تو فقط وقتي مي تواني به واقعيت وارد شوي كه واقعي باشي. اگر قلابي باشي، هرگز به واقعيت نخواهي آمد. اگر غيرواقعي باشي، آنوقت دنيايي كه مي بيني، دنيايي غيرواقعي خواهد بود، زيرا غيرواقعي فقط مي تواند با غيرواقعي مرتبط شود.

تو غيرواقعي هستي، براي همين است كه دنيا غيرواقعي و توهمي است ، *مايا* maya است.
اگر تو واقعي باشي، دنيا ازبين مي رود: الهي مي شود، واقعي مي شود.
واژه ي *مايا* زيباست. يعني آنچه كه مي توان اندازه گرفت.
*مايا* يعني چيزي كه قابل اندازه گيري است. ذهن يك پديده ي اندازه گيري است. ذهن به اندازه گرفتن چيزها، نقشه كشيدن، و تجزيه كردن ادامه مي دهد. ذهن سعي دارد همه چيز را اندازه بگيرد و براي همين است كه هندو ها دنيا را *مايا* خوانده اند ، چيزي كه توسط ذهن قابل اندازه گيري است.
علم شما چيست؟ چيزي جز اندازه گيري نيست. هندوها علم science را *آويديا* adidya مي خوانند. آن را دانش نمي خوانند ، بلكه ضددانش anti-knowledge مي خوانند. علم، دانستن واقعي نيست ، زيرا آنچه كه واقعي است قابل اندازه گيري نيست. غيرقابل اندازه گيري است، بي نهايت است. نه آغازي دارد و نه پاياني دارد. چيز واقعي قابل انداز گرفتن نيست، غيرواقعي را مي توان اندازه گرفت. و با اندازه، دليل و منطق وارد مي شود.
با غيرقابل اندازه گيري، منطق فرو مي ريزد، عقل فرو مي ريزد.
ذهن بسيار زرنگ و حيله گر است ، دنياي توهمي را آفريده است.
پس *سانياسي* كيست؟ او يك ذهن نيست ، بلكه، در مقابل، او يك معصوميت است.
او معصوم است، مانند يك كودك ، تازه متولد شده ، بدون گذشته، بدون مفهومي از آينده.
يك *سانياسي*، نوزادي است كه هرلحظه زاده مي شود. و روند آن چنين است كه او هرلحظه برگذشته مي ميرد. هرچيز را كه گذشته، او دور مي ريزد، تركش مي كند، زيرا چيزي مرده است، غبار است، نيازي به حملش نيست. او خودش را پاك مي سازد، آينه ي وجودش دوباره تازه مي شود.
او به پاك كردن آينه ادامه مي دهد. اين پاكسازي را من مراقبه مي خوانم.
مردم از من مي پرسند: "ما كي قادر خواهيم بود تا مراقبه را بيندازيم؟"
قادر نيستي آن را بيندازيد و روزي، وقتي كه تو نباشي، خودش خواهد افتاد، ولي تو قادر به انداختنش نيستي، زيرا تو به پاكسازي نياز داري. تو پيوسته كثيف مي شوي.
غبار هرلحظه جمع مي شود ، طبيعت زندگي چنين است.
تو هرلحظه به حمام گرفتن، به پاكيزه شدن نياز داري.
وقتي كه وجود نداشته باشي، آنوقت هيچ چيز... آنوقت مشكلي نخواهد بود.

زيرا كسي وجود ندارد كه بتواند كثيف شود. ولي تا تو وجود داري، مراقبه بايد ادامه داشته باشد. و مراقبه تلاشي است براي معصوم ماندن.

ببين... اگر معصوم باشي، هيچ چيز نيست كه كسر داشته باشي. اگر بتواني با چشماني معصوم به آسمان نگاه كني، آسمان مي شوي.

با ذهن، شروع مي كني به اندازه گرفتن ، مي گويي : "اين زيباست" يا "زيبا نيست". يا "امروز آسمان ابري است" يا "فردا آسمان بهتر خواهد بود،" يا "ديروز آسمان زيباتر بود." شروع مي كني به اندازه گيري.

ولي اگر معصوم باشي، يك ذهن نباشي، فقط وجودي باشي كه به آسمان نگاه مي كند، چيزي براي گفتن وجود ندارد، چيزي نيست كه در موردش فكر كني. آسمان وجود دارد، و تو نيز همچنين يك آسمان هستي ، آسمان درون و آسمان بيرون ملاقات مي كنند.

آن هردو فضا يكي مي شوند و ديگر مرزي وجود نخواهد داشت. مشاهده گر همان مشاهده شونده مي گردد.

اين چيزي است كه *كريشنامورتي* پيوسته تكرار مي كند " مشاهده گر به مشاهده شونده تبديل مي شود." درون و بيرون مرزهايشان را ازدست مي دهند و يكي مي شوند.

اگر با معصوميت به يك درخت نگاه كني، بدون ذهن اندازه گير، چه روي مي دهد؟

دوچيز وجود ندارند: تو و آن درخت. آن درخت به نوعي وارد تو مي شود و تو وارد آن درخت مي شوي. تنها آنوقت خواهي دانست كه يك درخت چيست. به ستارگان نگاه مي كني، به يك رودخانه نگاه مي كني، به خطي از پرندگان نگاه مي كني كه در آسمان آبي پرواز مي كنند... مرزها در هم مي آميزند.

تمام تفاوت ها گم مي شوند، تمام تمايزها برمي خيزند. وحدت ظهور مي كند.

اين وحدتي نيست كه توسط فكر كنارهم گذاشته شده باشد. اين وحدت فيلسوفان نيست.

وحدتي تماماً متفاوت است. تو فكر نمي كني كه اين يكي است. در درون ذهنت نمي گويي "اين وحدت است زيرا كه *اپانيشاد*ها چنين گفته اند، زيرا *ودا*ها چنين گفته اند." فقط آن يگانگي را احساس مي كني.

اگر در ذهنت *اپانيشاد*ها و *ودا*ها وجود داشته باشند، آنوقت معصوم نيستي، حيله گر هستي. اندازه گيري ادامه دارد. اندازه مي گيري ، ذهن و فكر را به كار مي گيري و مقايسه مي كني. زرنگ و حيله گر هستي. هوشمند نيستي. و هرچقدر هم كه زرنگ باشي، ذهن زرنگ هميشه ميانحاله است. هوشمندي مورد نياز است.

کودکي زاده مي شود ، او هوشمند است، نه زرنگ.
او با چشماني پاك به دنيا نگاه مي كند، درك او مطلقاً صاف و شفاف است.
وقتي مي گويم *سانياس* يعني معصوميت، منظورم اين است كه ادراك تو بايد شفاف باشد ، بدون افكاري كه مانع باشد. بايد نگاه كني. بايد يك نگاه بشوي.
بايد نظاره كني، ولي نبايد در پشت آن يك ناظري باشد كه منظره را دستكاري كند.
اين معصوميت ممكن است. و تنها اين معصوميت است كه به وراي زمان و مكان مي رود. و تنها اين معصوميت است كه به آن هدف غايي مي انجامد، به *موكشا* ، _ آزادي مطلق.
يك *سانياس* شو ، _موجودي معصوم، دوباره زاده شده، موجودي پاك كه لحظه-به-لحظه وارد ناشناخته مي شود. آنوقت قادر خواهي بود تا سهيم شوي.
تمام روند آموزش، فرهنگ و شرطي كردن انسان ها درست عكس اين بوده است: به شما مي آموزد كه چگونه حيله گر و زرنگ باشيد. ذهن را آموزش مي دهد، هرگز معصوم بودن را آموزش نمي دهد، خودكارشدن automatization را آموزش مي دهد.
اين واژه بايد به خاطر سپرده شود: خودكار شدن.
روند متداول آموزش، انسان ها شما را بيشتر و بيشتر خودكار مي سازد، زيرا اگر بيشتر و بيشتر خودكار شوي، بيشتر كارآمد مي شوي.
رانندگي مي آموزي: در ابتدا مشكل است. اشكال در رانندگي كردن نيست يا در اتومبيل يا چيزي ديگر ، مشكل در تو است، زيرا بايد حواست جمع باشد.
در ابتدا، بايد خيلي گوش به زنگ و هشيار باشي، خطر وجود دارد. بايد پيوسته از آنچه كه مي كني هشيار باشي. بايد حواست به ترافيك باشد، به رهگذرها، به مكانيسم. بايد حواست به كلاچ باشد، به دنده، به فرمان ، و همه چيز. بايد چنان حواست به خيلي از چيزها باشد كه ذهنت نمي تواند به وراجي هاي هميشگي اش ادامه دهد.
ذهنت بايد هشيار باشد. همين توليد مشكل مي كند.
بعدها، پس از چند روز، خودكار مي شوي. حالا سر به كار خودش ادامه مي دهد، پاها به كار خودشان ادامه مي دهند ، تو و اتومبيل يك مكانيسم شده ايد. و ذهنت مي تواند به وراجي هاي هميشگي خودش ادامه دهد. مشكلي نيست ، ديگر به ذهنت نياز نيست.
منظورم از اتوماتيك شدن همين است. حالا بدن تو يك مكانيسم است، خودش عمل مي كند.
فقط در مواقع بسيار نادر به وجود تو نياز است. اگر سانحه اي بخواهد به وقوع بپيوندد، ناگهان به وجود تو نياز پيدا مي شود. آنوقت روند افكار تو بايد قطع شود. ناگهان ضربه اي وجود خواهد

داشت، تمام مكانيسم بدني تو تكان خواهد خورد و تو بايد آنجا حضور داشته باشي. بايد حواست جمع باشد.

ولي اين ها لحظاتي نادر هستند. وگرنه مي تواني ادامه بدهي: مي تواني سيگار بكشي، آواز بخواني و با ديگري حرف بزني، به راديو گوش بدهي و يا مي تواني به حرف زدن دروني خودت ادامه بدهي، به مكالمه با خودت ادامه دهي ، نيازي به بودنت در آنجا نيست. تو خودكار شده اي.

ولي اين كارآمدتر است، زيرا اگر لازم باشد كه تو پيوسته هشيار باشي، نمي تواني خيلي كارآمد باشي، نمي تواني خيلي سريع براني، زيرا نمي داني چگونه هشيار باشي.

به دليل اين عنصر، چون مردم هشيار نيستند، يك زندگي ناخودآگاه دارند.

جامعه يك حقه ياد گرفته: همه را بيشتر و بيشتر اتوماتيك كن! تمام روند تعليم و تربيت چيزي جز خودكاركردن شما نيست. زبان، رياضيات ، همه چيز خودكار مي شود.

مي تواني بدون نگراني انجامش بدهي. يك روند مكانيكي شده است.

وقتي مي گويم معصوم شو، يعني از خودكارشدن بيرون بيا. يعني: هرعملي انجام مي دهي، با هشياري تمام انجام بده. اگر رانندگي مي كني، فقط رانندگي كن ، خود رانندگي بشو، هيچ كار ديگر نكن، به مكالمه ي دروني با خودت ادامه نده. چنان عميقاً درگير و هشيار شو كه راننده باقي نماند ، فقط رانندگي ، با تمام هشياري.

دشوار خواهد بود ، براي همين است كه جوامع به آن توجهي نداشته اند.

فقط افراد هستند كه مي توانند از اين راه پر مشقت گذر كنند. هركاري را باآگاهي انجام بده.

رفته رفته، اتوماتيك بودن بدن تو محو مي شود و غيراتوماتيك مي شوي.

و آنوقت معصوميت شكوفا مي شود.

يك كودك معصوم است زيرا هنوز هيچ چيز در او اتوماتيك نيست. هنوز چيزي ياد نگرفته است، هنوز شرطي نشده است. ولي ما دير يا زود او را شرطي مي كنيم. او چيزها را ياد خواهد گرفت و بيشتر و بيشتر وجود خواهد داشت و كمتر و كمتر خودش خواهد بود.

ذهني بيشتر و بيشتر، و وجودي كمتر و كمتر خواهد بود.

سپس فقط يك مكانيسم خودكار خواهد شد ، كارآمد، خوش كار، در خدمت جامعه، ولي مرده. خدمت كن، كار كن، به جامعه كمك كن، ولي خودكار نشو. ولي پيشاپيش خودكار شده اي، پس از آن بيرون بيا. رفته رفته، آگاهي بيشتري را وارد اعمالت كن، زيرا هركاري كه انجام مي دهي، اگر كمتر هشيار باشي، كاري اتوماتيك مي شود.

در حال كاركردن، هشياري بيشتر و بيشتري را بياور، نه مانند يك مكانيسم، بلكه همچون يك حضور...

آنگاه معصوميت در تو شكوفا خواهد شد.

و اين معصوميت بزرگترين چيزي است كه مي تواند براي يك موجود انساني روي بدهد.

با معصوميت، تو موجودي الهي هستي.

معصوم كه باشي، خدا مي شوي.

www.ods.ir